

MÁS DE 200 MIL SOLES EN PREMIOS

AÑO 24 | Nº 8548

LUNES 17 DE MARZO  
DEL 2025

DIRECTOR PERIODÍSTICO  
CARLOS ESPINOZA  
OLCAY

S/1.00  
VÍA AÉREA S/ 1.20

INSCRÍBETE AL 710-0280 O INGRESA A trome.com



HOY S/200

1 PREMIO DE 15,000 SOLES 1 PREMIO DE 5,000 SOLES 15 PREMIOS DE 1,000 SOLES  
1,000 PREMIOS DE 100 SOLES 1,800 PREMIOS DE 50 SOLES

# HOY NUEVAS CARTILLAS

## OLA CRIMINAL IMPARABLE

# LLORAN AL 'RUSSO' Y GRITAN ¡FUERA MINISTRO!

MÚSICO  
PIURANO  
DEJA  
VIUDA Y  
UN HIJITO

■ Páginas 8 y 9

EXTORSIONADORES  
BALEARON BUS  
DE ARMONIA 10  
Y ASESINARON A  
POPULAR CANTANTE  
PAUL FLORES



EXIGEN LA RENUNCIA DE JUAN SANTIVÁNEZ POR SU FRACASO Y TAMBIEN CULPAN A DINA

HOY EMPIEZAN LAS CLASES EN  
COLEGIOS ESTATALES

SEIS MILLONES  
DE ESCOLARES  
A LAS AULAS



■ PÁGINA 10

ESTE JUEVES ES PARTIDO  
CON BOLIVIA

LLEGARON  
SONNEY  
LAPADULA



■ PÁGINA 11

SÍ

26%

NO

74%

AYER

¿Cree que las imágenes de la cirugía de Dina Boluarte son de inteligencia artificial?

HOY

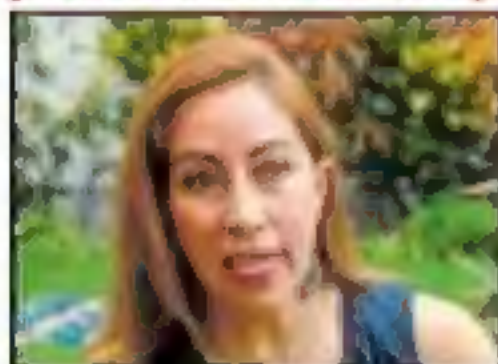
¿Cree que Juan Santiváñez debe continuar en el Ministerio del Interior?

RESPONDA EN TROME.COM

## PALABRAS DEL ALMA

"Qué convenientes las cartas notariales de (Mario) Cabani a la presidenta Boluarte, cobrándole por las cirugías. ¿Será que fueron hechas luego de que salieran a la luz sus irregulares cirugías y sus correos exigiendo puestos de trabajo?"

**KATHERINE AMPUERO**  
(EXPROCURADORA)



"La muerte del cantante de Armonía 10, del empresario, el atentado en el 'Chepita Royal' tienen que ver directamente con los congresistas que blindan a (Juan José) Santiváñez. Basta de blindaje".

**CARLA GARCÍA**  
(PERIODISTA)

DÓLAR

3.64

COMPRA

3.67

VENTA

EURO

3.96

COMPRA

3.98

VENTA

CLIMA

MÁXIMA

29°

MÍNIMA

19°

trome

Editor General:  
José Castillo Altez

Contenido elaborado  
por Empresa Editora El  
Comercio S.A.  
Jr. Paracas N°530,  
Pueblo Libre, Lima21.  
Teléfono: 311-6500.

Fax: 311-6353.  
Página web:  
www.trome.com  
E-mail:  
trome@trome.com  
Publicidad: 708-9999.

Impreso en la Planta Pando de Empresa  
Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530,  
Pueblo Libre, Lima21.  
Todos los derechos reservados. Prohibida  
su reproducción total o parcial. Hecho el

Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del  
Perú N°2001-1992  
Los artículos firmados y/o de opinión  
son de exclusiva responsabilidad de sus  
autores.

## LA SEÑO MARIA



## NO A LOS CELULARES EN LOS COLEGIOS

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por un sudadito de cabrillón con camotito sancochado y arroz blanco. Para tomar pidió una jarrita de jugo de papaya. "María, hoy alrededor de siete millones de escolares de todo el país iniciarán sus clases en colegios nacionales, dos semanas después de los planteles privados. Tras el atentado contra la orquesta Armonía 10 hay que exigir seguridad en los centros educativos, pues la ola criminal está imparable y no dudan en poner bombas en cualquier lugar con tal de obtener dinero. Pero al margen de eso, es necesario que las aulas vuelvan a ser lo que eran antes: lugares donde solo se iba a aprender y el profesor ejercía una autoridad inquebrantable. Para empezar, se debería prohibir totalmente el uso de celulares en los colegios. Con la internet, los teléfonos inteligentes deberían ser usados para enriquecer las clases, pero lamentablemente muchos jóvenes solo los usan para perder el tiempo en sus redes sociales o en juegos en línea. Al colegio solo se va a estudiar. No es el recreo eterno. Los padres deben apoyar la disciplina y no cuestionar a los docentes que prohíben el ingreso de este tipo de aparatos. Al respecto, la Comisión de Educación del Congreso tiene en agenda el proyecto de ley de la congresista Milagros Jáuregui que prohíbe el uso de celulares en colegios públicos y privados durante el dictado de clases. Se apunta a reducir la exposición excesiva de estudiantes a la internet, luchar contra el cyberbullying, fomentar la mejora de la atención y rendimiento escolar, así como reducir la incidencia de enfermedades mentales entre los estudiantes. Hay una generación que se está perdiendo con el mal uso que se hace de la tecnología. Muchos adolescentes se envician con las redes sociales y los juegos en línea. Se pueden amanecer en este tipo de actividades, por lo que su rendimiento escolar se va cuesta abajo. El país necesita que nuestros jóvenes sean los mejores posibles. Falta disciplina". Gary tiene razón. Me voy, cuidense.

## KARRY



## LOS 'TUTS' DEL DÍA



@brunoschaaf  
BRUNO SCHAAF

Mataron a cantante de Armonía 10. No hay industria que aguante este nivel de violencia. Se necesita un ministro del Interior dedicado al cargo y una política migratoria que asegure que todo extranjero residente estudie o trabaje formalmente. Aquel que no cumpla, no lo queremos.



@jesusverdel  
JESUS VERDE

La hipocresía en su máxima expresión, un ejemplo claro de lo poco que les importa el país y el ciudadano. Pudieron censurar a Santiváñez en su momento, pero lo sostuvieron. Ahora que asesinaron a un cantante se suman con el único fin de aparentar y que las críticas no los toquen.



## HABLAN LOS TROMES

## Malos tratos

Tengo a mi mamita en la UCI de un hospital de Vitarte. Todos los días nos turnamos con mis hermanos y otros familiares la visita y gestiones ante los médicos para saber de su salud y hacer algo para que se recupere. Por eso repruebo con toda mi alma a ese vigilante de un hospital de Huancayo que se burló de los parientes de un paciente a quien intentaban llevarle medicina. Qué alma tan negra debe tener.

Flor María Gallardo  
Vecina de Ate Vitarte

## Epidemia de verano

Este verano tan caluroso ha desatado una epidemia de enfermedades gastrointestinales. Las unidades de emergencia de hospitales y clínicas atienden decenas de casos en los últimos días. Hay niños, adultos y ancianos con fuertes dolores abdominales, vómitos y estómago flojo. Algunos culpan a las comidas. Por eso, debemos refrigerar muy bien los alimentos perecibles, en especial los pescados.

Teresa Cubas Arguedas  
Vecina de Villa María del Triunfo

Felizmente el director del Hospital Regional El Carmen, en Huancayo, Cristian Matamoros, anunció la separación de ese mal empleado y el inicio de un proceso administrativo. Ese tipo de personas desprovistas de empatía no puede trabajar en un nosocomio.

Se recomienda mantener una buena hidratación, seguir una dieta saludable y lavarse las manos. También es importante conservar los alimentos de forma adecuada. Beber agua potable o hervida. Consumir frutas y verduras ricas en agua, como sandía y pepino.

## EMERGENCIAS

Bomberos  
Emergencias  
Defensa Civil  
Essalud  
Águilas Negras

116  
105  
115  
4118000  
1623277

Escuadrón verde  
Luz del Sur  
Sedapal  
Indecopi  
Pluz Energía

4276904  
6175000  
3178000  
2247777  
5171717

# Reventón DE ACABADOS Y MUEBLES

¡Con estos precios sí que he ahorrado!

**SODIMAC**

**MAESTRO**



**CERÁMICO MARMOLIZADO CANOPUS**

Formato: 45 cm x 45 cm  
Rendimiento: 2.29 m²  
SKU: 4359186

**S/ 17.90**

Precio regular: S/ 18.90 m²

**¡CERRAO!**



**h**

**JUEGO DE COMEDOR SHADE 4 SILLA**

SKU: 3869105

**S/ 369.90**

Precio regular: S/ 375

**¡CERRAO!**

**GALA**



**CERÁMICO CEMENTICIO LUTOLI**

Formato: 34 cm x 34 cm  
Rendimiento: 1.85 m²  
SKU: 4314174

**S/ 13.50**

Precio regular: S/ 14.90 m²

**HÖLZTEK**



**PORCELANATO LISO SUPER BLANCO**

Formato: 60 cm x 60 cm  
Rendimiento: 1.44 m²  
SKU: 9004114

**S/ 28.70**

Precio regular: S/ 31.90 m²

**HÖLZTEK**



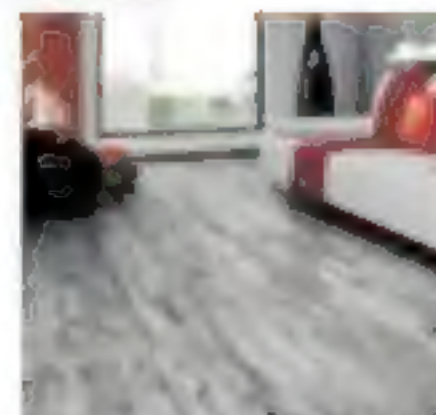
**PISO SPC MULBERRY**

Formato: 18.2 cm x 122 cm  
Rendimiento: 3.11 m²  
Espesor: 3.2 mm + 1 mm  
Espuma incluida  
SKU: 901716X

**S/ 39.90**

Precio regular: S/ 44.90 m²

**HÖLZTEK**



**PISO LAMINADO FANTASY WOOD**

Formato: 15.7 cm x 138 cm  
Rendimiento: 1.3 m²  
Espesor: 10 mm  
SKU: 2391619

**S/ 49.90**

Precio regular: S/ 54.90 m²

**dacqua**

**INCLUYE ASIENTO  
DOBLE PULSADOR**



**INODORO ONE PIECE LARA PLUS BLANCO**

SKU: 2069318

**S/ 219**

Precio regular: S/ 239

**TREBOL**



NO INCLUYE ASIENTO DE BAÑO NI GRIFERIA

**SALA RAPIDO JET COMPLETA BLANCO**

SKU: 4393706

**S/ 259.90**

Precio regular: S/ 279.90

**DITALIA**



**KIT ALACENA SOPHIA 90CM 5 PUERTAS**

SKU: 8978824

**S/ 299.90**

Precio regular: S/ 369.90

**h**



**MESA DE TV 70" RECIFE**

SKU: 9035826

**S/ 459.90**

Precio regular: S/ 499.90

**h**



**SILLÓN RECLINABLE WASHINGTON CAFÉ**

SKU: 899336X

**S/ 649.90**

Precio regular: S/ 699.90



**casa bonita**

**COMBO: ROPERO 4 PUERTAS 2 CAJONES + CÓMODA 4 CAJONES + VELADOR 2 CAJONES LIMA**

SKU: 9047247C

**PRECIO COMBO  
S/ 629.90**

PÁRTELO EN **6** cuotas **CMR SIN INTERESES\***

¡Por compras mayores a S/499 en:  
herramientas, baños, cocinas, pisos y pinturas!

Exclusivo con



**SODIMAC.COM.PE** | Q

800 500046

912 045 400

815 8002

Tiendas del Mejoramiento del Hogar S.A. RUC N° 2082279502

**TCFA Máxima 60.73% calculada considerando la TEB máxima aplicable: 49.00%. Ejemplo:** Consumo S/ 1,000 a 12 meses, con costo virtual de escape de cuenta mensual, membresía anual CMR Clásica S/ 99. Membresías varias por tipo de tarjeta, ver fanfardio en [www.sodimac.com.pe](http://www.sodimac.com.pe) y Agencias. Cuotas son calculadas a 30 días, si el plazo entre la fecha de compra y el primer vencimiento es inferior a 30 días, la primera cuota reflejará el interés por dicha diferencia. El límite de compras con Tarjeta de Débito de Banco Falabella en PDS Físicas es de S/ 10,000 a USD 1,000 por día y para compras por internet de S/ 3,000 Soles o USD 750 por día. Información detallada de acuerdo con el Reglamento de Gestión de Conducta de Mercado vigente. Banco Falabella Perú S.A. RUC N° 201030401991.

Válido en Lima en tiendas físicas del 17/03/2025 al 23/03/2025 y/o hasta agotar stock. Stock mínimo disponible: 01 unidad por producto y/o combo y/o juego. Solo para consumo familiar de hasta 05 unidades y/o combo y/o juego por persona. No incluyen accesorios, elementos decorativos, instalación, despacho, ni otros servicios complementarios. No es acumulable con otras promociones, imágenes referenciadas. **\*Condición 6 cuotas sin intereses:** Válido del 01 de marzo al 31 de marzo del 2025 y/o hasta agotar límite promocional máxima de US millones de copes. Stock mínimo por oferta: 5 unidades aplica en tiendas físicas de Sodimac y Maestro. Válido por la web y app de Sodimac. Aplica únicamente por compras en las categorías de Baños y cocinas, pisos, pinturas y accesorios y herramientas. Aplicar las tarjetas CMR Clásica, CMR Plus Premium y CMR Plus Signature. Válido para compras mínimas de S/499 en las categorías de la campaña. No aplica para pago diferido. El cliente deberá acudir en la transacción visto los productos de las categorías que participan en la promoción. Si se agrega un producto de otra categoría diferente a las mencionadas o un servicio adicional, no podrá aplicar el beneficio de 6 cuotas sin intereses. No aplica compra realizada en el self-checkout de las tiendas. Información detallada de acuerdo al Reglamento de Gestión de Conducta de Mercado vigente. Banco Falabella Perú S.A. RUC N° 201030401991.

## • DELANTE DE NIÑOS

## Barristas tenían mini Uzi en parque



Reunido con unos veinte barristas de Alianza Lima, con los que celebraba la clasificación a la fase de grupos de la Copa Libertadores, Francisco Pastrana fue sor-

prendido con una mini Uzi de fabricación artesanal en el parque San Pedro de Chornillos, donde había niños. Personal del Serenazgo de ese distrito y policías de 'Los Halcones' los intervinieron en horas de la noche, luego de que vecinos escucharon disparos y gritos. Cámaras de videovigilancia municipal grabaron el momento en que las autoridades revisaron la mochila del sujeto, en cuyo interior estaba el arma de fuego. Ahora será investigado para saber qué uso o contra quién iba a utilizar dicho armamento. (J.Y.)



## • ALIAS 'CHUCHO' RECIBIÓ NUEVE MESES DE PRISIÓN PREVENTIVA ACUSADO DE ORDENAR ATAQUES POR CUPOS



CON SU PAREJA 'MARYORI'



'MONSTRUO'



'CHUCHO'

• VENTANILLA  
**CÁRCEL PARA BRAZO ARMADO DEL 'MONSTRUO'**

**D**irecto a prisión. Nueve meses en la cárcel estará Jorge Quiñones Velásquez, 'Chucho', quien según la Policía es el brazo armado del autodenominado 'secuestrador de secuestradores', el sanguinario Erick Moreno Hernández, 'Monstruo', y encargado de ordenar los atentados contra las víctimas de extorsión que no aceptaban pagar.

El Poder Judicial dispuso ese tiempo de prisión preventiva para investigarlo de manera minuciosa y dictar una sentencia final. Este fin de semana, un juzgado de Investigación Preparatoria de Ventanilla dispuso también la misma pena para Maryori Cabezas Teodoro, 'Maryori', conviviente de alias 'Chucho'. Se les acusó de los presuntos delitos contra la seguridad pública, salud pública y otros.

En las pesquisas de la Policía se determinó que 'Chucho' también ordenó ataques contra comerciantes, transportistas o emprendedores de Lima Norte.

"Este es el sujeto que está encargado de captar a los 'gatilleros' o a los otros sujetos que pueden lanzar granadas de guerra o petardos de dinamita", dijo tras la captura el coronel Manuel Cruz, jefe de la División de Investigación Contra el Crimen Organizado de la Dirincrí. A fines de febrero la pareja cayó con siete cartuchos de dinamita en una casa de Ventanilla.

## REQUISITORIA

Quiñones estuvo preso el 2022 y también fue detenido el 2024. Fue investigado por balear a dos policías y participar en un video donde pistoleros amenazan a 'Jorobado', enemigo de 'Monstruo'. Alias 'Maryori', por su parte, estaba requisitoria por el secuestro de un empresario coreano en el 2022. (J.Y.)

✗ Cayó con siete cartuchos de dinamita junto a su pareja, quien era buscada por secuestro de empresario coreano



## • EN EL PAÍS

## Aumentan homicidios

Sigue creciendo el número de personas muertas a manos de la delincuencia, que es imparable en el país. En lo que va del año, hasta el 13 de marzo último, se reportaron 444 asesinatos a nivel nacional, lo que representa una cifra mayor al año pasado, según el Sistema Informático Nacional de Defunciones (Sinadef). Las regiones de Lima, La Libertad, Callao, Piura e Ica tienen el 70 % de todos los casos.



## ALFRED M KNIGHT DEL PERU S.A.C.

## PARTICIPACIÓN DE UTILIDADES EJERCICIO 2024

Se pone en conocimiento de nuestros ex trabajadores que hayan laborado durante el año 2024 que, a partir del lunes 24 de marzo de 2025, se pondrán a su disposición el pago correspondiente a la Participación Legal de los Trabajadores en las Utilidades de la Empresa, referente al ejercicio 2024.

Es importante señalar que, de acuerdo al Decreto Legislativo N° 852, norma que regula la participación de los trabajadores en las utilidades de la empresa, para el cálculo de utilidades, serán considerados los días trabajados efectivamente laborados durante el año 2024; así como las ausencias que, por mandato legal expreso, deban ser consideradas como ausencias para todo efecto. En el caso de las remuneraciones, se considerarán para el cálculo las remuneraciones de libre disposición que hubieran sido otorgadas por los servicios del trabajador durante el ejercicio fiscal en mención.

Por lo tanto, agradecemos comunicarse con la Sra. Wendy Alvarado al 948-079-296 o al email [wendy.alvarado@ahigroup.com](mailto:wendy.alvarado@ahigroup.com) con el fin de brindar sus datos personales actualizados para coordinar dicho pago; o, acercarse a las oficinas de la Empresa ubicadas en Av. Argentina 2415 - Cercado de Lima para recoger su cheque, para ello previamente deberán comunicarse e indicar la forma en que desea que se le realice el pago de la participación en las utilidades.

Horario de atención: Martes y Jueves 3:00 - 5:00 p.m.

Lima, Marzo 2025

PÁGINA **ESCOLAR** de trome  
BÚSCALA de lunes a viernes en tu diario Trome

## • SIN COMPASIÓN

## Asesinan a tres a balazos



Luego de salir de una yunza bailable de madrugada, un joven caminaba por la avenida Túpac Amaru, en Comas, y por el kilómetro 10 fue asesinado de cinco balazos por desconocidos. Se investiga si fue un ajuste de cuentas. No tenía documentos.

A la misma hora, en San Juan de Miraflores, otro hombre, que en pocos meses iba a convertirse en padre, también murió baleado. Regresaba a casa luego de trabajar. Finalmente, en la avenida Canto Grande, el conductor de un auto fue acribillado. Se investiga si se trató de una extorsión. (J.Y.)

## PROMOCIONES

## COMUNICADO

Querido lector, se le informa lo siguiente:

Para reclamar los premios en efectivo y giftcard de las cartillas correspondientes a la semana 4 de la promoción "El Mochilón Regalón", se tiene como plazo máximo hasta el martes 25 de marzo del 2025.

Agradecemos su comprensión.

Promociones Trome.

# DanSa

## Danzas y Sabores del Perú

### Siente el Perú

DanSa le ofrece  
una noche mágica  
que combina  
gastronomía y música  
para llevarlo en  
un viaje sensorial  
por el Perú

Experiencia culinaria



Platos de 6 tiempos

Maridaje ideal



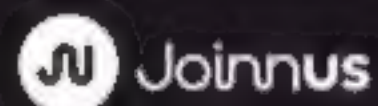
3 cocteles para acompañar

Show inmersivo




Puesta en escena sensorial

Compre sus  
entradas en:



 [servicioalcliente@dansa.pe](mailto:servicioalcliente@dansa.pe)

 (01) 219-9000

 Av. Rivera Navarrete 2692

**Gana**  
un billete extra  
con la



Todos los días inscribe  
tu Número de la Suerte  
llamando al 710-0260  
o en [www.trome.com](http://www.trome.com)

**GANADOR DE S/1,500 DEL DÍA 16/03/25**

NOMBRE: FORTUNATO HUAYLLACCAHUA  
DISTRITO: SAN JUAN DE MIRAFLORES  
N° DE LA SUERTE: 5000531

Inscripciones todos los días de 6:00 a.m. a 4:00 p.m. Sorteos: 5:00 p.m. Términos y condiciones en [www.trome.com](http://www.trome.com)  
EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. RUC: 20143219814

**1 PREMIO DE 15,000 SOLES 1 PREMIO DE 5,000 SOLES 15 PREMIOS DE 1,000 SOLES**  
**1,000 PREMIOS DE 100 SOLES 1,800 PREMIOS DE 50 SOLES**

### ● GANA COMO JUGANDO ●

- **Los lunes**, durante las 5 semanas que durará la promoción, recibe gratis una cartilla con tu Trome.
- **Mientras** más cartillas tengas, mayores posibilidades de ganar.
- **Todos los días** publicamos los cupones. De lunes a viernes te damos seis. Los sábados y domingos son ocho.
- **Ganar es fácil**. Solo debes llenar con los cupones los cinco recuadros de una de las letras de BINGO.
- **De esa forma**, si completas los cinco casilleros de la B serán tuyos los 15 mil soles.
- **Si rellenas la I** te llevas los 5 mil soles.
- **Las letras N, G y O** también tienen premios.

### ● HOY CON TROME ●

**¡RECIBE  
CARTILLAS  
GRATIS!**

**✕ PARTICIPA PORQUE HAY  
BASTANTE PLATITA PARA LA  
COMPRA DE ÚTILES ESCOLARES**



el  
**MOCHILÓN  
Regalón**

### ● CUPONES TODOS LOS DÍAS ●

Recuerda que todos los días publicamos los cupones que debes recortar y pegar en tus cartillas. ¡No te los pierdas porque te pueden hacer ganar un montón de dinero!

**L**a quinta y última semana de la 'promo' El Mochilón Regalón inicia hoy. Con tu Trome recibe gratis hoy una cartilla, que te permitirá jugar por uno de los más de 2 mil 800 premios. Todas las cartillas son diferentes, así que mientras más tengas mayores serán tus chances de ganar. ¡Esta promoción reparte más de 200 mil soles y aún hay un montón de platita para que los padres de familia puedan comprar los útiles escolares!



### SALUD

**FONOAVISOS** (01) 708-9999

**AudiPhone**  
Centro Auditológico

Audífonos diseñados para  
tu comodidad, tan discretos  
que olvidarás que los llevas.



983 402 173

**RESERVA TU  
EVALUACIÓN  
AUDITIVA**

Lleva 365 días de  
**PILAS GRATIS**  
por la compra de tus audífonos

**AudiPhone**  
Centro Auditológico

Aló  
AudiPhone  
(01) 510 1313

### LIMA

**SAN ISIDRO**  
Av. Javier Prado Este 167  
(01) 410 8541

**PUEBLO LIBRE**  
Av. José de San Martín 345  
(01) 776 6705

**SAN MIGUEL**  
Av. Elmer Faucett 188  
(01) 657 2009

**LOS OLIVOS**  
Carlos Izaguirre 1182 - 1er. Piso  
(01) 782 4440

**SANTA ANITA**  
Av. Los Riusfortes 468 Dt. 501  
(01) 543 9298  
**MIRAFLORES**  
Calle Francisco de Paula Ugaz 879  
Df. 201 Alt. Cd. 14 de 29 de Julio  
(01) 696 6573  
**S.J. LURIGANCHO**  
Av. Pirámide del Sol 498 Urb. Zarco  
(01) 657 6821

### PROVINCIAS

**TARAPOTO**  
Jr. Bolognesi 242  
(Entre Jr. Alegre Arías de  
Morey y Jr. Manuela Morey)  
(042) 612 934

**AYACUCHO**  
Jr. Sucre 371  
(066) 282 697

**AREQUIPA**  
Av. Ejército 107 Yanahuara  
(054) 299 977

**CHICLAYO**  
Alfonso Ugarte 676  
(074) 222 114

**CUSCO**  
Calle José Gabriel Cosío 107  
Urb. Magisterio  
(paradero Magisterio)  
(084) 284 572

**TRUJILLO**  
Jr. Independencia 179  
(044) 308 617 (Frente Excomor UNI)

**HUANCAYO**  
Jr. Puno 166  
(064) 410 954  
**JULIACA**  
Jr. Ricardo Palma 456  
963 308 002  
**ICA**  
Calle Azuara Lt. 8 Urb. San Isidro  
(Alt. 12 av. San Martín)  
974 334 764  
**PIURA**  
Andrés B. Cáceres 347  
(frente grifo Mega)  
(073) 614 798  
**TACNA**  
Calle Simón Bolívar 425  
(C/2) 638 332

### ● COBRA AL TOQUE ●

**TODAVÍA  
TENEMOS  
UN MONTÓN  
DE PREMIOS**

Aún queda una gran cantidad de premios de 'El Mochilón Regalón' y los ganadores pueden cobrar su dinero rapidito y



de forma segura. Los lectores de Lima que se hagan acreedores a 50 y 100 soles deben acercarse a su canillita más cercano. Lue-

go recibirán una citación para acudir a la agencia más cercana y recoger su platita. Para premios de 1000 soles o más deben ir al **Jirón Paracas 530, en Pueblo Libre, los martes y jueves, de 10 de la mañana a 1 de la tarde, y de 2 a 4 de la tarde.**

### ● 1500 SOLES ●

**Lector chapó el  
'Reventón semanal'**

El 'diario papá' sí cumple y por eso ayer salió un nuevo afortunado que se lleva el 'Reventón semanal' de la 'Super Llamada Ganadora'. Se trata de Fortunato Huayllacahua, vecino de San Juan de Miraflores, quien ganó los 1500 soles con el 'número de la suerte' 5000531.

Inscríbete y también gana platita. Solo llama al 710-0260 o entra a [trome.com](http://trome.com).



### ● CAMPEONES ●

**Dan show con pelota**

Impresionante show de destreza, rapidez, acrobacia y precisión con el balón dieron en la plaza San Martín la polaca Aguska Mnich y el alemán Patrick Baurer, campeones mundiales de fútbol freestyle y Récord Guinness. Están en gira por varios países promoviendo valores e inspirando a jóvenes en el deporte y lucha contra el bullying.



# Camisas

INNOVACIÓN EN  
CADA FIBRA

El

CAMISAS  
DESDE  
**3x<sup>s/</sup>99.90**

JOHN HOLDEN

JOHN  
HOLDEN

DONATELLI

VAN HEUSEN

Encuétranos en todas nuestras tiendas El a nivel nacional. Contamos con tallas grandes.

Vigencia del 01/03 al 31/03 de 2025 o hasta agotar stock de 50 unidades. No acumulables con otras promociones. Códigos seleccionados.

PAUL  
FLORES  
GARCÍA  
(40)  
'EL RUSSO'

**✖ PISTOLEROS EN MOTO DISPARARON A BUS EN EL QUE SE DIRIGÍAN A UN CONCIERTO EN ATE**



ASESINO EN MOTO FRENTE AL BUS DE ARMONÍA 10



IMPACTOS DE BALA

• SAN JUAN DE LURIGANCHO

# MAFIA ASESINA A CANTANTE DE ARMONÍA 10

POR: JOSÉ YUCRA

**L**a 'Universidad de la cumbia peruana', Armonía 10, lo vio crecer desde muy joven, lo formó y lo hizo un buen cantante. Paul Lambert Flores García fue uno de sus mejores alumnos, el que siempre destacaba. Empezó al lado de grandes intérpretes y a sus 40 años era quien guiaba a las futuras estrellas del canto. Un referente para los que se iniciaban. Admirado por sus fans, a los que nunca negó un saludo, hoy lo lloran por su terrible muerte. El bus que lo llevaba a una presentación junto a más de 30 músicos de la orquesta piurana fue atacado a balazos y el 'Russo', como cariñosamente lo llamaban, fue la víctima. Aquel muchacho que se inició en el coro de una parroquia de su natal Piura y fue el orgullo del barrio cuando ingresó a los veinte años a la orquesta que recorre el Perú y el mundo, murió por culpa de la maldita delincuencia.

"Mientras la presidenta Dina Boluarte pecaba de vanidosa tomándose selfies de su cirugía a la nariz y el ministro del Interior, Juan Santiváñez, viaja a Bélgica en plena crisis, el hampa creció y ahora da miedo salir a la calle", dijeron señoras que no podían creer cómo el vocalista de 'Pendejete', la canción que las hacía bailar, se había ido.

## HABÍA CANTADO

El demencial ataque fue en San Juan de Lurigancho, uno de los distritos más inseguros. Armonía 10 hizo su show en el estadio 'El Palomar' de Ji-

**✖ LAS BALAS IMPACTARON A PIURANO PAUL FLORES, 'RUSSO', QUIEN MURIÓ AL LLEGAR AL HOSPITAL HIPÓLITO UNANUE**





camarca, anexo 22. En videos de ese concierto se ve cómo los asistentes gozaron. "El te contagiaba su alegría y te ponía a bailar así estuvieses cansado", dijo su amigo Edinson. Al terminar, el grupo tenía que dirigirse a Santa Clara, Ate. Para llegar allá tomaron la avenida Fernando Wiesse y luego Próceres de la Independencia. La cámara de un tragamonedas captó, a las 2:14 de la madrugada, cuando el bus pasó por la estación San Carlos del Metro de Lima. Iba por el carril principal. Casi al mismo tiempo, un auto negro y una moto ingresaron a la vía auxiliar. Segundos después sucedió todo. Según el chofer de la unidad, el piurano Charles V.R., en la cuadra 26 de Próceres (cruce con la calle La Estrella), dos ocupantes de una moto dispararon al

bus desde la vía auxiliar a la principal. Al parecer, cuatro veces. Al inicio, los artistas no se dieron cuenta de lo sucedido. Recién lo hicieron cuando el 'Russo' empezó a pedir ayuda a gritos. Tenía la espalda ensangrentada. Habían avanzado hacia Puente Nuevo, así que fueron al Hospital Hipólito Unanue, en El Agustino. Compañeros de Paul y enfermeros lo auxiliaron en la camilla, pero era tarde. Había llegado sin vida. La Dirinci pidió cámaras en los locales de las cuadras 26, 27 y 28 de Próceres, para ver el escape de los sicarios. Revisaron jardines para hallar casquillos, pero nada. La viuda Carolina Jaramillo llegó de Piura con su hijo de 12 años. La orquesta recibía amenazas de extorsionadores en Lima Norte, pero no aceptaban pagar. Otra agrupación norteña también fue amenazada por 'Monstruo' y 'Los Injertos del Cono Norte'. No se descarta que él sea el autor. Hoy, Armonía 10 debía presentarse en un club de Comas.

#### ATAQUES PASADOS

El domingo 1 de diciembre del 2024, el bus de Armonía 10 de Walther Lozada fue atacado a balazos en la avenida Tomás Valle, Callao. Nadie resultó herido. Le exigían 20 mil soles. El 17 de febrero último, desconocidos detonaron un explosivo frente a 'Chepita Royal' de Puente Piedra, tras un show. Armonía 10 se alistaba para celebrar en julio próximo su 53 aniversario.

#### ESTADO DE EMERGENCIA

El premier Gustavo Adrianzén anunció anoche que se 'ha dispuesto que en las próximas horas se decrete el estado de emergencia en la provincia de Lima y la provincia Constitucional del Callao, con el despliegue de tropas de las Fuerzas Armadas en apoyo a la Policía'.

#### ESPOSA ESCRIBIÓ SENTIDA DESPEDIDA

### Restos serán velados en Piura



El cuerpo de Paul Flores ingresó en la tarde a la funeraria Pacífico, en Breña, donde iba a ser embalsamado, y hoy, a las 7 de la mañana, será enviado a Piura. Así lo informó Hugo Laurente, abogado de la familia. En el distrito piurano de 26 de Octubre, su primo César reveló que la esposa de Paul, Carolina Jaramillo, y su hermano viajaron a Lima. Ella publicó en Instagram: "Es tan difícil escribirte ahora que ya no estás aquí. Cada palabra que escribo está impregnada de lágrimas, de un dolor que no puedo explicar. Te fuiste demasiado pronto y me dejaste con un corazón roto. Nunca imaginé que tendría que despedirme de ti tan pronto y aún no sé cómo hacerlo".

#### DICE DIEGO BAZÁN

### 'Congreso también tiene responsabilidad'



El legislador Diego Bazán dijo que 'el Congreso también tiene responsabilidad' de la ola criminal que azota al país. Además: "Vengo promoviendo la censura del ministro del Interior". En redes sociales usuarios hicieron tendencia el hashtag '#Fuera-Santiváñez'. Y la legisladora Susel Paredes dijo que con su colega Lady Camones ya tiene las 33 firmas para la censura de Santiváñez, que presentará hoy en el Legislativo.

#### BANCADAS AMENAZAN CON CENSURA

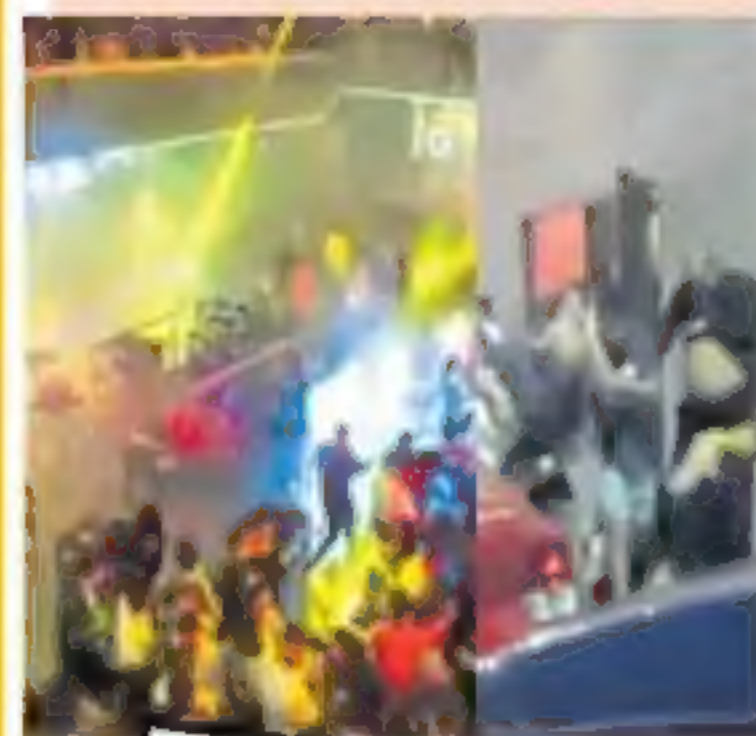
### Ahora todos piden salida de Santiváñez



El asesinato del cantante Paul Flores hizo que las bancadas que siempre defendieron a Juan Santiváñez ahora reflexionen y busquen su salida del Ministerio del Interior. El grupo fujimorista exigió la inmediata renuncia del funcionario y, en caso de no hacerlo, irán por la censura. Y Avanza País exigió a la presidenta que pida la renuncia de Santiváñez. Renovación Popular hizo lo mismo, pero junto al comandante general de la Policía. El alcalde de Lima, Rafael López Aliaga, también criticó la permanencia de Santiváñez y le recomendó a Dina que dé un paso al costado si no puede con el cargo. "Es un terrorismo urbano. Quieren meternos terror. Si la señora no da la talla, que se vaya a su casa", dijo.

#### EN SHOW DE 'CARIBEÑOS'

### METEN BOMBA EN DISCOTECA



Un infierno se vivió la madrugada de ayer en Chiclayo, cuando una bomba lacrimógena fue activada en la discoteca 'Aventura', mientras se presentaba el grupo de cumbia 'Caribeños de Guadalupe'. Esto provocó la desesperación de los cientos de asistentes, quienes intentaron abandonar el local de forma apresurada, provocando que ocho personas resultaran heridas, en la avenida Chinchaysuyo, distrito de La Victoria. En un comunicado, 'Caribeños' lamentó el atentado y también mostró sus condolencias por la muerte de Paul Flores. "Lamentamos lo ocurrido en nuestra presentación en Chiclayo, muchos de los asistentes se vieron afectados por el terrible incidente que provocó que canceláramos el show para salvaguardar la seguridad de todo nuestro público y orquesta", dice el mensaje.

El Perú está secuestrado por la corrupción política, las economías ilegales y las extorsiones. Nos están robando el país entero". **RUBÉN VARGAS (EX MINISTRO DEL INTERIOR)**

No basta con la salida del ministro Santiváñez. El Ejecutivo debe restituir a especialistas de inteligencia, separados en otros cargos sin excusa alguna". **PEDRO YARANGA (ANALISTA)**

Esto que estamos viviendo es terrorismo urbano. Están matando y extorsionando a la población". **FELIPE CASTILLO (ALCALDE DE LOS OLIVOS)**

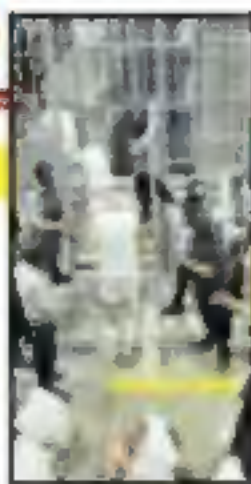
Urge salirnos de la CIDH para implantar la pena de muerte para delitos de sicariato, extorsión, terrorismo, narcotráfico". **ALEX SEGURA (EX COMANDO CHAVÍN DE HUÁNTAR)**

Lo ocurrido hoy y ayer sale de todo contexto. Dina Boluarte, ¿cuántos peruanos tienen que morir?". **NORMA YARROW (CONGRESISTA)**

Ni el Ejecutivo ni el Congreso harán nada por resolver la inseguridad ciudadana, la extorsión y el sicariato". **RAFAEL BELAUNDE LLOSA (EXMINISTRO)**

## EL SALVADOR Mandan a 238 del 'Tren de Aragua' a cárcel fumba

Miembros de la organización criminal venezolana 'Tren de Aragua' fueron llevados de Estados Unidos al Centro de Confinamiento de Terroristas en El Salvador, tras un convenio con la administración Trump. Se trata de 238 delin-



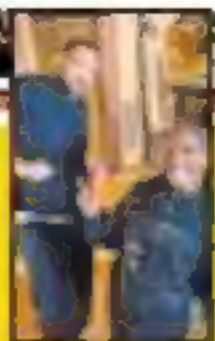
cuentes, dijo el presidente salvadoreño Nayib Bukele. Las imágenes muestran hombres esposados

y con grilletes siendo trasladados desde un avión a un convoy. La pandilla ha sido vinculada a secuestros, extorsión, crimen organizado y sicariato.



## EE.UU. Will Smith se hace viral con 'El príncipe del rap'

Will Smith se volvió viral al recrear su icónico baile de 'El príncipe del rap' con su excoprotagonista Tatyana Ali y una



aparición sorpresa del cantante Doechi. El dúo interpretó la canción para una nueva generación en un video publicado en las redes sociales, que estaba ambientado en la canción de tendencia Anxiety de Doechi [26]. Si bien la canción deleitó a muchos fanáticos, varios cuestionaron la aparición de Doechi en el video y la acusaron de ser una 'planta industrial'.

## INGLATERRA Aquaman fuma un puro cubano con su amigo

Jason Momoa disfrutó de un puro cubano mientras paseaba con su compañero actor Cliff Curtis por las calles del centro de Londres. La estrella de 'Aquaman', de 45 años, estaba irrecorable con un sombrero



de copa negro y fumando un cigarro. Ambos protagonizan la miniserie 'Chief of War', donde Jason es Kaiana y Cliff interpreta a Keōua. Se trata de un relato sobre la unificación de las islas hawaianas desde una perspectiva indígena.

### 'LE COMPRO LA LAPTOP A MI HIJO'

En medio de la alegría, numerosos veraneantes contaron que participan en 'El Mochilón Regalón' de Trome, que hoy inicia su última semana. Esta promoción entrega premios de hasta 15 mil soles, para que los papitos compren los útiles escolares.

"Ojalá Diosito me ayude a ganar. Con la plata, le compro a mi hijo la laptop que tanto me pide", comentó ilusionada una mamita.

Hoy, con Trome, damos gratis una cartilla del bingo, que permite jugar por uno de los miles de premios. ¡Hay más de 200 mil soles!

## Familias también JUGARON VÓLEY Y FULBITO en balneario de VENECIA



aboreando una deliciosa pachamanca casera, la familia Pérez disfrutó de un domingo lleno de alegría en la playa Venecia, en Villa El Salvador. Ellos llegaron con sus ollas y armaron una mesa donde todos degustaron el platillo y compartieron felices. "No hay mejor manera de despedir el verano que con una pachamanca y el sonido del mar", comentó Verónica Pérez. Así como ellos, gran cantidad de personas acudieron al popular balneario para despedir el verano. Jugaron vóley y fulbito en la orilla del mar y probaron diversos platillos.

POR: MARCO GONZALES

FOTOS: ALLENGHO QUINTANA



### PARA TODOS LOS PALADARES

Bajo sombrillas y con música de fondo, varios bañistas comieron cebiche, arroz con pollo y otros platos, que compraban a los ambulantes. Estos también vendían manzanas acarameladas, algodones de azúcar y hasta la famosa chicha venezolana, bastante solicitada por los bañistas llaneros.

"Me gusta venir a Venecia porque las aguas son bien tranquilas y limpias", comentó un vecino de San Juan de Miraflores junto a sus hijos, que hoy vuelven al colegio.

## DESPIDEN EL VERANO CON PLAYITA Y PACHAMANCA

VILLA EL SALVADOR



Cuentan que participan en EL MOCHILÓN REGALÓN que reparte más de 200 MIL SOLES

## SEIS MILLONES A LAS AULAS Más policías en inicio del año escolar

Hoy empieza, oficialmente, el año escolar en todo el país y más de seis millones de menores volverán a las aulas. Se reforzará el patrullaje para garantizar el bienestar de estudiantes y profesores, señaló el Ministerio del Interior. Ayer muchos padres seguían comprando útiles escolares. María Castillo, docente del Instituto Carrión, señala que para un



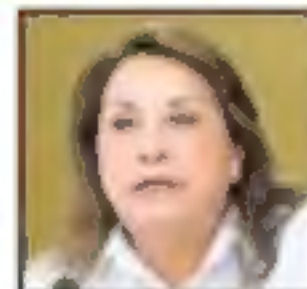
exitoso retorno a clases es importante 'la actitud positiva de la familia, enfocando beneficios del aprendizaje; que el niño tenga horario de acostarse y despertarse y no use celular, tablet o laptop una hora antes de dormir'. (I.M.)



### SE HIZO 4 CIRUGÍAS

## Documento médico hunde a Boluarte

La presidenta Dina Boluarte se sometió a cuatro operaciones estéticas el 28 de junio del 2023, según el reporte operatorio, folio 617, del libro de operaciones de la Clínica Cabani, que presentó ayer 'Cuarto Poder'. Así, Dina se hizo una rinoplastia [a la nariz] más septumplastia funcional [para respirar mejor], blefaroplastia inferior transconjuntival bilateral [párpados], injertos grasos en rostro, y colocación de hilos de sustentación en el rostro. Todos considerados estéticos.



## NÁUFRAGO Familia armó fiesta por 'Tío Gatón'

Bailando se vio ayer a Máximo Napa, el 'Tío Gatón', quien estuvo 96 días náufragos y sobrevivió. Su familia compartió videos que lo muestran comiendo pacaes que tanto le gusta, luego se armó la fiesta con más familiares, amigos, música criolla, cumbia y carapulcra. "Dios salvó a 'Gatón', más su fortaleza, los rezos de mi madre y de todos. Bienvenido a casa", dijo uno de sus hermanos.



# trame

**G**ianluca Lapadula ha perdido la memoria. Se ha olvidado de hacer goles. Su mal lo aqueja desde septiembre del año pasado. El 'Bambino de los Andes' arribó ayer a la capital para unirse a la selección en la Videna, el entrenador Óscar Ibáñez le tiene preparada una buena medicina para sumal.

El atacante viene de hacer un penal con Spezia en la Serie B del Italia, por ello el comando técnico le tendría un video con sus mejores goles y jugadas para visualizarlos juntos, motivarlo y hacer que recupere el olfato goleador. Lapadula entrenará hoy con

el grupo y ante la cercanía del partido con Bolivia no sería titular, pero si arrancara el próximo martes ante Venezuela. Pero no solo Ibáñez desea recuperar al peruano, sino también Paolo Guerrero que habría solicitado al seleccionador una charla a solas entre los dos delanteros. Allí, el 'Depredador' espera darle fuerzas a su compañero, porque sabe que los goleadores atraviesan estas malas rachas, pero está solo en el salir de esa sequía.

"El goles oxígeno, es vida para un delantero, no lo puedo negar. Lo extraño, lo siento. He pasado por momentos como este antes y la única respuesta debe darse en el campo a través del trabajo", comentó Lapadula antes de arribar al aeropuerto Jorge Chávez, junto a Oliver Sonne. Previamente llegó Luis Ramos, delantero del América de Cali.



✕ Lapadula arribó anoche y en la Videna le harán ver videos con sus goles, y Paolo Guerrero charlará a solas con él para motivarlo a superar su mala racha

## UN EMPUIONCITO AL BAMBINO

### PERUANOS

✦ **SI PAOLO GUERRERO** juega ante Bolivia, llegará a 57 partidos en Eliminatorias e igualará el récord de Roberto Pajacón.

✦ **LUIS ABRAHAM, LUIS ADVINCULA**, Pedro Aquino, Jesús Castillo, Piero Quispe, Renato Tapia, André Carrillo y Bryan Reyna llegarán hoy



PTSA

POR EL BOMBARDERO

**DEL SAQUE** somos carne cita... **LA TABLA ACTUAL** de las Eliminatorias dice que estamos coleros, por debajo de Bolivia y Venezuela. Pero históricamente no somos menos que nuestros próximos rivales y si no sacamos siquiera cuatro puntos en esta fecha doble, no merecemos ir al Mundial. Nos quedan seis finales y hay que salir con el cuchillo entre los dientes, estos partidos no son para los suavitos: pierna fuerte en cada dividida desde el minuto uno hasta los noventa minutos. Cuando las ideas no alcanzan hay que poner el corazón. No podemos dar ni un cachito a nadie. Si, señores. **ME CUENTAN** que el chato que le encanta 'ache la' no fue el único que lo hizo hermano al '10 de la calle'. Uno que fue ranqueado también en tuvo su dame que te doy con la dona. No le decía esa cosita es mía pero tenía otras tácticas que la volvían loca. Dicen que cuando el zambito líquida se acuerda de todo y reconoce que lo agarraron de g, y lo adornaron por no saber elegir una buena compañera. Asuuuuu **'CHIKUITO' ES UN PERSONAJE.** Como está en nada la calle está dura y las moneditas escasean. Le avisó a un brother que lo contacte con la producción del 'sillón rojo', porque le pica la lengua para largar a todo el mundo. Ya no le importa el qué dirán, sino el billete que puede ganar contando las juergas que se metía y sus experiencias con las modelitos que levanta. Nooooooo. **LA FIRME** que el chiquito Noriega está en su prime y su empresario le ha dicho que solo puede renovar con los zambitos a cambio de un billete. En su agenda hay varias ofertas del extranjero y si no pagan capricho, alista sus maletas. Rexuxa... Me voy, soy fuga.

♦ **CAPITÁN DE BOLIVIA DICE QUE VIENE A LIMA A SACAR BUEN RESULTADO**



## HAQUÍN NO PASA NADA

La Paz.- Respiran aliviados. El defensor y capitán de Bolivia, Luis Haquin, se unió al combinado verde y se le descartó una lesión en el tobillo derecho, tras un pisotón que sufrió en el partido que su equipo Mushuc Runa perdió 2-1 frente a Vinotinto FC en la Liga de Ecuador. Haquin será titular ante Perú y se refirió al encuentro del jueves en el Nacional. "Ellos vienen con una buena base y tratarán de hacer respetar su casa. Debemos cumplir con los parámetros que hemos planificado para obtener un buen resultado", declaró el zaguero. La selección altiplánica estrenará ante la 'Bicolor' una flamante camiseta por los cien años de su Federación y que honra al equipo que ganó a Copa America de 1963.

♦ **CORINTHIANS VENCIO A PALMEIRAS EN FINAL DEL PAULISTAO**

## VENENO VERDE

Sao Paulo.- Cerca de la coronación Andre Carrillo quedó a un paso de ganar su primer título en Brasil, luego que Corinthians se llevó un 1-0 de visita en la ida de la final del torneo Paulista ante Palmeiras. La 'Culebra' jugó hasta los 89', fue el más desequilibrante de su equipo y empezó la jugada que acabó en el gol de delantero Yuri Alberto (58'). El 'Timão', que no gana el 'Paulistao' desde 2019, recibirá al 'Verdão' en la vuelta el jueves 27 de marzo.

# AEROPERÚ

✕ Selección apelaría al juego por arriba ante Bolivia debido al mal estado del campo del Nacional



**V**ale ve AeroPerú. Si bien la bandera de nuestro país dejó de funcionar en 1999, ahora podrá regresar este jueves en forma de planteamiento táctico de la Blanquiazul para medirse contra Bolivia por las Eliminatorias. Trascendió que el técnico Óscar Tabares habló con el plantel y les pidió no solo apuntar al juego a ras de piso, sino también bastante por arriba. La petición de juego aéreo se debe primero al mal estado de la cancha del Estadio Nacional, que impide el traslado correcto de la pelota. La otra razón es que Bolivia sufre cuando le llegan los tiros por aire y es una de las llaves para abrir el arco. Ayer, Tabares realizó un trabajo con los jugadores: Guerrero, Carlos Zambrano, Edison Flores, Erick Noriega y Miguel Araujo yendo de cabeza al esférico y a mayoría de los intentos, pese a la marca que les puso el defensa. Desde las bandas uno de los más efectivos para los centros fue Andy Polo, quien de extremo por derecha. Otro jugador que se le pidió el máximo nivel al momento de centrar fue Miguel Trauco. En cuanto a los tiros libres directos, el lateral aliado, el 'Depredador' y el 'Peña' fueron los encargados de probar los arcos.

## NOTICIAS

♦ **LA 'BICOLOR'** aun no decide si entrenará en el Nacional por el temido césped.

♦ **LA SELECCIÓN BOLIVIANA** entrará en Matute y se hospedará en el Hilton de Miraflores.

♦ **HOY SE SORTEAN GRUPOS DE LIBERTADORES Y SUDAMERICANA**



Luque.- Universitario y Sporting Cristal (bombo 3) y Alianza Lima que pasó las tres fases (bombo 4) conocerán hoy a sus rivales en la fase de grupos de la Copa Libertadores. El sorteo que se realizará a las 6:00 p.m. (ESPN/YouTube Conmebol). Los blanquiazules pueden estar en la misma sene con los cremas o celestes. La última vez que los tres 'grandes' coincidieron en esta instancia fue en 2003. En el mismo evento se sortearán los grupos de la Sudamericana. Los que aguardan: Cienciano (bombo 3) y Atlético Grau y Melgar (bombo 4).



# Ofertas de Verano

<p><b>Belle</b></p>  <p><b>HASTA 50% DTO. EN JOYAS SELECCIONADAS</b></p>	<p><b>SUNTIME</b></p>  <p><b>HASTA 50% DTO. EN RELOJES INVICTA Y TEMPUS</b></p>	<p><b>MCH</b> MENTHA &amp; CHOCOLATE</p>  <p><b>HASTA 40% DTO. EN BLUSAS &amp; POLOS DE TEMPORADA</b></p>	<p><b>eCCO</b></p>  <p><b>HASTA 50% DTO. EN CALZADOS SELECCIONADOS</b></p>
--	---	--	---

## Disfrúte DE LOS MEJORES ESPECTÁCULOS



**Olivia Reyes y Javier Paredes**  
Campeones categoría Novatos 2025

### 14 Festival de Marinera

en Plaza Norte

**DÍA**  
Sábado 22 de marzo

**HORA**  
6:00 PM

**GRAN PRESENTACION DE LOS CAMPEONES MUNDIALES 2025**  
de todas las categorías coreografía con más de 100 bailarines en escena y ¡mucho más!

**BOLETO ESPECIAL para el evento**

**Ingreso Libre**

**Además**

**9º Concurso Selectivo Mundial de Marinera**

**Boleto Especial**

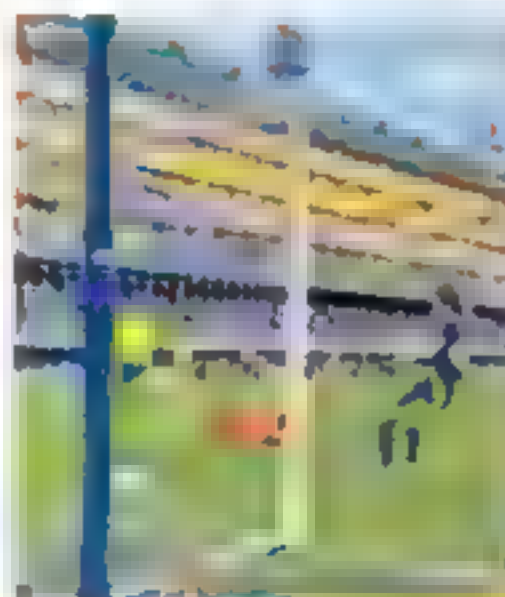
**Plaza Norte** [plazanorte.pe](http://plazanorte.pe)

**Mall del Sur** [malldelur.pe](http://malldelur.pe)



### JACK EL DESTRIPIADOR

El británico Jack Draper (23 años), que venía de eliminar a Carlos Alcaraz, se impuso 6-2 y 6-2, en apenas 69 minutos, al danés Hørgert Rune (21) y se quedó con el torneo de Indian Wells, el primer Masters 1000 de su



### MATADOR SIN BRUJERÍA

Edinson Cavani puso fin a su mala racha y anotó con Boca Juniors, que goleó 4-0 a Defensa y Justicia en la Liga argentina. Tras la 'limpia' que le hizo el astrologo xeneize, el 'Matador' anotó a los 9' y acabó con tres meses sin hacer un gol. Luis Advincula estuvo en la

### • MESSI HIZO GOLAZO EN TRIUNFO DE INTER MIAMI

## EL ROMPECINTURAS

Atlanta.- Alma juvenil. A sus 37 años, Lionel Messi sigue derramando calidad y magia en las canchas y ayer se mandó una espectacular definición en el triunfo 2-1 de Inter Miami como visitante ante Atlanta United en la MLS. En el local, el defensa peruano Luis Abram entró a los 84'. El United adelantó con Latte Lath (11'), pero a los 20' un error en salida hizo que Messi robara un balón, 'rompió' al defensa Derrick Williams y le 'pico la peleta' al goero Brad Guzan para su cuarto tanto en el 2025 y 854 de su carrera. El festejo triunfal de las 'Garzas' lo hizo Faà Picault a los



**M**adrid.- El Barça once es el equipo que mejor juega", dijo el 'Cholo' Simeone, luego que Atlético Madrid, tras ir ganando 2-0, terminó perdiendo 4-2. Si el técnico 'colchonero' había ganado (1-2) en la primera rueda y empatado (4-4) en la Copa del Rey, ahora le tocó al cuadro 'culé' usar los últimos minutos para vencerlo en otro partidazo. Con esto, 'Barza' alcanzó los 60 puntos y Atlético empezó a reelegirse a ser tercero (56). En el estadio Riyadh Air Metropolitano, Julián Álvarez se marcó por segunda vez al Barcelona en esta campaña (45') y luego Alexander Sorloth (70') puso el 2-0. Parecía asunto liquidado, pero los malos cambios de Simeone tiraron al equipo atrás y el 'Barza' sacó la artillería y con Robert Lewandowski (71') y Ferran Torres (78') empató. En los descuentos dio vuelta al marcador con zurdazo de Lamine Yamal (92') y un derechazo de mismo Ferran (98'). El técnico Hansi Flick celebró de manera efusiva, mientras su equipo sigue invicto en este 2025 (18 partidos) y ya 'clavó' 58 goles en lo que va de año.

## COSA DE LOCOS

✖ Barcelona perdía 2-0 y volteó 4-2 al Atlético Madrid en 20 minutos, y es líder en España



• **JUNTO A LOS CAMPEONES** del mundo de 1986, entre ellos Oscar Ruggeri, el ex DT Carlos Bianchi celebró sus 87 años.

• **CONMEBOL FELICITÓ** a Hernán Barcos, de Avanza Lima, por ser el goleador (4) de las tres fases previas de la Libertadores.

• **MODELO BRASILEÑA** reveló que tuvo un encuentro íntimo con Neymar y le habría pagado 3 mil 500 dólares.



• **NEWCASTLE GANÓ UN TÍTULO INGLÉS LUEGO DE 70 AÑOS**

## ¡CAMPEONÓ LA URRACA!

Londres.- La espera finalizó. La última vez que Newcastle había ganado un título inglés fue la Copa FA de 1955. Desde ahí entró en una sequía que acabó ayer cuando levantó su primera Copa de la Liga inglesa al vencer 2-1 a Liverpool en el mítico Wembley. Dan Burn (45') y Alexander Isak (52') marcaron para las 'Urracas' que tuvieron al histórico Alan Shearer en los festejos. Liverpool, por el que descontó Federico Chiesa (94'), quedó fuera de dos títulos en cuatro días, ya que también fue eliminado de la Champions. Por Premier League, Arsenal ganó 1-0 a Chelsea y Manchester United goleó 3-0 a Leicester.

## SERVICIOS PERSONALES



FONDAVIVOS

(01) 708-9999

SAN LUIS  
921014166  
NUEVO MUNDO  
921014166  
AV. SANTA ROSA  
Pérez, SANTA ROSA  
974359790

**SJL**  
Av. Santa Rosa, Av. San Martín  
996557019  
**SANTA CALLAO**  
C/DOMINICOS  
984167514

**PUENTE PIEDRA**  
Paradero NORTE  
918796203  
**INDUSTRIAL**  
901825340  
**CARABAYLLO**  
948896278

**PTE. PIEDRA**  
Copacabana Pta. 7  
979346879  
**TUPAC** Km. 17  
**CARABAYLLO**  
Paradero Cde. Santa  
910140570

**PUENTE PIEDRA**  
Paradero NORTE  
943321981  
**SJL** Paradero del Sol  
973003502  
**TUPAC** Paradero JAPERO  
965009731

**TUPAC** Km. 17  
Paradero CASA BLANCA  
987007550  
**PTE. PIEDRA**  
943225574  
926152911

14 Av. Arequipa  
Lucy  
970625585  
**SJL** Paradero  
971846557  
**SJL**  
904708998

**SJL** SAN CARLOS  
974176184  
982177984  
**SJL**  
Paradero P. Motta 724  
928081238  
Dominicos  
910394543

**SJM**  
977246367  
Av. Santa Callao  
928081238  
Dominicos  
910394543

**SANTA CALLAO**  
Paradero Sola  
969012008  
**SANTA CALLAO**  
973419436  
**19 FLORES-SJL**  
946720444

**PUENTE PIEDRA**  
Paradero NORTE  
925385882  
**12 PRODIGES SJL**  
981021821  
**14 FLORES SJL**  
967393092

**Av. PERU**  
980107220  
Av. Pte. PIEDRA  
925336640  
**EL AGUSTINO**  
910308335  
**PIEDRA-PUENTE**  
900331094

**Av. UNIVERSITARIA**  
**MARANON**  
908784897  
**BAYOVAR SJL**  
901223905  
**RETABLO**  
931499367

**VES** Ruta 8  
997275775  
**HUAYCAN**  
907627337  
14 FLORES  
900191906  
**VES**  
955019808

**30 Av. PERU**  
935713317  
**COMAS**  
961065677  
**AVIACION**  
940691218

**TUPAC** Km. 17  
Paradero FORTALEZA  
991127967  
**Av. METROPOLITANA**  
**FORTALEZA**  
940888629

**TUPAC**  
CHIMPU OCULLO  
957409155  
**VENTANILLA**  
Pte. CENTRO  
993422242  
981732427

**LOS INCAS**  
C/UNIVERSITARIA  
926761610  
**SJL** Av. Santa Rosa  
937743062  
**CHORRILLOS**  
984358245

**HUAYCAN**  
935592658  
981160387  
**COMAS**  
H. SANTA LUZMILA  
995163572

**PALOMA**  
Av. PERU  
C/UNIVERSITARIA  
985-129-874  
**PTE. PIEDRA**  
Paradero NORTE  
928661400

**SAN LUIS**  
SANDY  
964269797  
**UNIVERSITARIA**  
C/MARANON  
943723458

**VES** XIAC  
LUANA  
936332146  
**SJM**  
970429161

**LOS OLIVOS**  
NARANJAL  
Av. Santa Rosa  
922309937  
**SJM**  
Av. San Juan 1096  
3ER PISO

**SJM**  
922309937  
**BAYOVAR SJL**  
Paradero FARMACIA  
932420250

**3 CENTRAL-SJL**  
976215839  
**14 FLORES**  
917501407  
**VENTANILLA**  
**PIEDRA**  
907257892

**LINCE**  
998196744  
**Av. HUANDAY**  
991061883

**PAMELA**  
LINCE  
997945110  
**Av. PERU**  
913677400  
**VENTANILLA**  
976115287

**PUENTE PIEDRA** Av. Santa Rosa  
995615430  
**1 CENTRAL-SJL**  
951707596  
**TUPAC-S. FELIPE**  
93477617  
**PIEDRA-PUENTE**  
975127258

**HABICH**  
938850465  
**PRO**  
918642913  
**Av. CANADA**  
C/SAN LUIS  
979261437

**X Cantante SE MOSTRÓ AFECTADA por muerte de 'RUSSO' y declaró que siempre RECORDARÁ A SU COMPADRE**

# Leslie: MI CORAZÓN DUELE

**L**a cantante Leslie Shaw se mostró bastante afectada y conternada, tras la muerte del vocalista de Armonía 10, Paul Flores García, más conocido como 'Russo', con quien logró entablar un lazo amical a raíz de que la rubia grabó el tema 'Pendejerete' con la mencionada agrupación y hacia duo con el músico en los escenarios. "Hoy la música está de luto y mi corazón duele. Me niego a aceptar que la vida de un artista, que solo busca alegrar corazones, puede terminar así de una forma tan cruel e injusta. Te quiero, 'Russo'. No hay palabras para describir este dolor. Te recordaré siempre en cada escenario, en cada momento, mi compadre. Ahora eres un ángel que nos cuida desde el cielo a nosotros, a Armonía 10 y a tu familia.



Mi más sentido pésame a todo el Perú. Hoy nos duele el alma", posteo la cantante, quien afirmó que estaba con el corazón destrozado. "Con el corazón destrozado... solo puedo pensar que eras demasiado bueno para vivir en este mundo lleno de odio y envidia. Te quiero hasta el cielo, amigo. Cantarás allá para la eternidad. Pronto nos vemos para volver a cantar juntos. Te extrañaré siempre y siempre estarás en mi corazón", añadió.

**ALZÓ VOZ DE PROTESTA**  
Por su parte, Ernesto Pimentel, a través de un video que subió en sus redes sociales, evidenció su impotencia por la lamentable muerte de Paul Flores y pidió a las autoridades pongan mano dura a la delincuencia que azota al país.

"Hemos perdido a un gran ser humano: padre, hijo, esposo y cantante Paul Flores, El Russo, de Armonía 10. Siempre lo recordaré con cariño y respeto. Compartimos escenarios y la emoción de cantar 'Tomar para ovidar', pero hoy nos embarga la

tristeza al saber que ya no estará más con nosotros. ¿Quién sigue? ¿Hasta cuándo? Autoridades, es urgente que hagan algo para que cosas así no pasen más", expresó el conductor de 'El reventonazo de la chola'.

## Chollywood

### exige justicia para 'Russo'

Una sola voz. Juliana Rengifo, Lucho Cuéllar, Marco Antonio Guerrero, Brunella Torpoco entre otros artistas, alzaron su voz por la muerte de su colega Paul Flores de Armonía 10.

**Juliana Rengifo:** "¿Qué están esperando las autoridades? Ahora hay que cuidarse y andar con chaleco antibalas. Justicia para 'Russo'", dijo entre lágrimas.



**Lucho Cuéllar:** "Debemos levantarnos, chapar a los delincuentes. Es la única solución o hay que rebrarse de la música, porque no queda otra".

**Marco Antonio Guerrero:** "Tenemos un gobierno vendido, no les importamos para nada, el pueblo se levantará sino hasta cuándo vamos a continuar con esta película de terror".

**Brunella Torpoco:** "Uno ya no puede salir a trabajar porque unos malditos sinvergüenzas disparan a matar porque quieren que uno les de de tragar gratis, qué tal concha, y la justicia ni qué decir todos son una sarta de ratas corruptas" (J. Lino)

**X Varios artistas alzaron su voz por crimen**

**X Pimentel PIDE A AUTORIDADES que hagan algo urgente**

frame

## Corazón Serrano

### suspende shows por delincuencia

**Afirma que están hartos de la inseguridad**  
"Estamos hartos", afirmó el grupo Corazón Serrano y anunció la suspensión de sus shows por cinco días, tras la muerte del cantante Paul Flores. "La familia de Corazón Serrano lamenta el fallecimiento de nuestro querido compañero Paul Flores, a quien con cariño llamábamos 'Russo'. Estamos hartos de que día a día se nos amenace exigiendo exorbitantes sumas de dinero a cambio de no ser asesinados. Por ello, hemos decidido suspender nuestras actividades por los próximos 5 días", finalizaron. Otros grupos como Agua Manna, Grupo 5, Hermanos Yajpen, Candela también expresaron su pesar y exigieron justicia.

## 'Paul' era un artista que llevaba alegría

**Fernando Armas** recuerda a Paul Flores, 'Russo', como un caballero y gran artista. Además, lo imitó en más de una ocasión cuando iba los programas cómicos con



Armonía 10. "Qué triste noticia para la familia musical, Paul Flores, un artista que solo llevaba alegría a muchos peruanos, hoy es víctima de la insania e inseguridad con esa maldita delincuencia", dijo Fernando.

**Fernando Armas lo imitaba y dice que era un caballero**

"Conocí al 'Russo' en radio y televisión, siempre un caballero y un humilde artista. Estamos desamparados, ¿quién más sigue? Descansa en paz, 'Russo', tu muerte no debe quedar impune. Condolencias a su familia y Armonía 10", añadió el integrante de 'El reventonazo de la chola'.

## Ruth Karina

### luce nueva figura

La cantante Ruth Karina contó que se realizó la manga gástrica y ha bajado 10 kilos. "He cumplido dos meses de operación, ya baje 10 kilos y me siento bien. Me opere por salud porque

Se hizo la manga gástrica y bajo 10 kilos

no podía bajar. Temía por mi salud, pues tengo diabetes y presión alta. Ahora me siento mejor, ya no tengo hígado graso ni cálculos", dijo Ruth Karina quien añadió que continúa trabajando con perfil bajo y sin involucrarse en escándalos. (L.G.)

## Saywa

### apoya a Renata Flores

Saywa, conductora de 'Miski Takri' felicitó a la joven cantante ayacuchana Renata Flores por su participación en el Festival de Vina del Mar. "Me pareció linda la propuesta de Renata Flores, me gusta que haya tenido oportunidad de mostrar su música

a un público internacional. Ha sido una experiencia muy importante", dijo Saywa, quien anunció los camavales 'Vencedores de Ayacucho' este 30 de marzo en la Plaza de Acho.

Por su participación en Vina



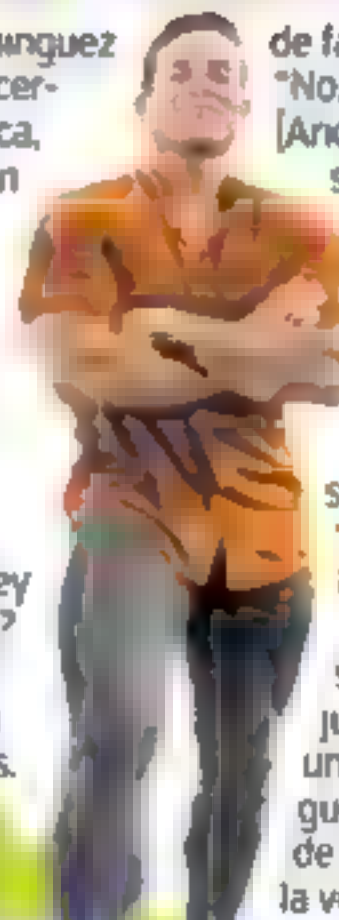
**HOLA, MI BARRUNTO** Llego emballada para contarles los últimos chismes de Chollywood. La salsera **YAHAIRA PLASENCIA** fue captada agarradita de la mano de un hombre moreno por las calles de Miami. Bien ahí **FABIO ODE** dijo que está contento y orgulloso de que su hija mayor se haya graduado como tripulante de cabina y contó que lleva una excelente relación de padres con su expareja **MARIELLA ZANETTI**. Manya... Dízque **MACARENA VELEZ** y el ex de la 'Neria' **JUAN ICHAZO**, ya estarían viviendo juntos. Asuuu **JOTA BENZ** hace 'oidos sordos' a la revelación que hizo una influencer colombiana, de que pasaron una noche de pasión, y tuvo una fin de semana familiar con **ANGIE ARIZAGA** y su hijo. **ADRIANA QUEVEDO** festejó por todo lo alto los cinco años de su hijo Santi y la fiesta parecía una carrera de autos. Buena... Corren los rumores de que **RODRIGO CUBA** y **ALÉ VENTURO** estarían pasando por una crisis en su relación, y es que el popular **'GATO'** se unió a un viral de TikTok donde hace el gesto de quitarse el anillo de matrimonio, mientras baila frente a la cámara y canta: "Estoy soltero, repetir es lo que quiero" Hummm... Ahora sí me quito porque mi amorcito me pide que le haga mucho carinito... Suuuuaveeee

Cantante admite que **FUE HACE 14 AÑOS** y estaban **EN TRAGOS**

# Christian:

## NOS DIMOS UN BESITO CON SHIRLEY

El cantante Christian Domínguez reconoció que tuvo un acercamiento con Shirley Anca, quien anoche se sentó en el sillón rojo de 'El valor de la verdad'. Sin embargo, la pareja de Karla Tarazona aclaró que solo se dio un beso con la popular 'Chica realidad'. "¿Si mi nombre sonará en 'El valor de la verdad' de Shirley Anca? Espero que no. ¿Si Shirley contó que nos dimos un besito? Si sale esa vama... eso fue hace casi 14 años, en tragos. Fue una noche de discoteca, paso y adiós. Ni siquiera pasó algo más", dijo en Radio Panamericana. Al consultarle si pasó una noche



de fantasía con la 'Chica realidad', lo negó. "No, nada, porque si hubiera sido así, ella [Anca] lo hubiera contado en su momento", sostuvo. Asimismo, Christian aclaró que su acercamiento con Shirley Anca se dio durante el tiempo que estaba soltero. "Ahí ni ojitos nos hacíamos [con Karla Tarazona], estaba solo, solo. Con las justas nos decíamos un hola [con Karla]", manifestó Domínguez, quien señaló que no tiene intención de sentarse en el sillón rojo de 'El valor de la verdad'.

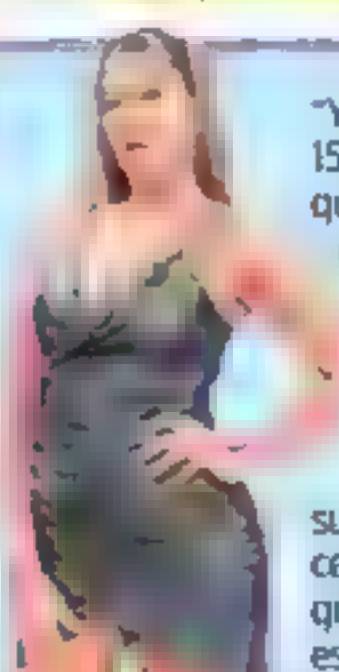
Aclara que en ese tiempo **ESTABA SOLTERO** y ni ojitos se hacía con **KARLA TARAZONA**

## Tilsa al 'Loco':

### Hay que superar las cosas

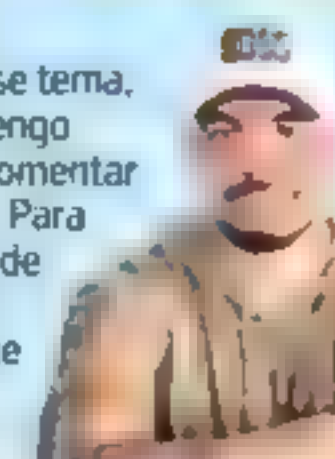
Tilsa Lozano no le dio importancia a las declaraciones que hizo el exfutbolista Juan Manuel 'Loco' Vargas en el podcast 'La Linares', quien afir-

mó estar arrepentido por el romance que tuvo con la 'Vengadora' y lo dejó como el malo cuando habló en 'El valor de la verdad'.



"Ya han pasado 15 años y hay que superar las cosas. No voy a hablar de ese tema, es que no tengo nada que comentar al respecto. Para mí [esa etapa de su vida] eso está cerrado. Uno tiene que avanzar en esta vida", dijo la

Afirma que esa etapa de su vida ya está cerrada



popular Tili Laura Spoya, su compañera en 'La noche habla', apoyó las palabras de Tilsa y negó que en el programa vayan a tocar ese tema. "¿Quién es?, no recordamos a nadie que ya no juegue", señaló Laura.



el mochilón  
regalón  
tro

Busca tus cupones  
de lunes a domingo!

en tu cartilla de bingo y ¡regresa a  
clases con harta billete!

412

429

419

421

406

443

✕ **Aclara que NUNCA SE  
DISCULPARÁ CON 'FARAONA'**  
y leerá su carta notarial con un  
cafecito en el **WESTIN**

# Yolanda LLAMA HIPÓCRITA A MARISOL

“Lo leeré con un cafecito en el Westin” fue la respuesta de Yolanda Medina ante la carta notarial que le envió Marisol Ramirez, la ‘Faraona’

Según el documento, es por el intercambio de palabras que existió entre ambas en setiembre del año pasado en una radio local, donde indica que las declaraciones de la líder de Alma Bella han perjudicado su imagen y reputación

Ante esto, Medina no dudó en opinar. “Su imagen se está viniendo abajo, no por el encontron que tuvimos en la radio, se está viniendo abajo por ella misma [por los chats con Cueva]. La señora no sabe cómo fastidiarme, pero conmigo se chocó, así de simple”

Te querrá asustar para que dejes de referirte a ella...

A mí no me asusta ni el diablo, yo estoy muy protegida. Soy una persona que tiene su conciencia superlimpia y de eso no estoy preocupada

¿Y qué vas a hacer con la carta notarial?, ¿vas a disculparte?

Yo con esa hipócrita nunca me voy a disculpar, cree que no hay videos de quien empieza a molestar, por favor que no me moleste. Mi abogado está viendo todo porque su mala imagen no es por la pelea en la radio.

Por cierto, el viernes en uno de sus conciertos te envió una indirecta y dijo ‘a las que habien de mi las invito a que sean mis teloneras’...

Ja, ja, ja, ella fue telonera mía hace años cuando buscaba que su ex regresara a su lado. Y le recuerdo que se demoró ocho años en alcanzarme, cuando yo ya vivía mi época de oro de las ‘Bellas’. Ella en ese tiempo cantaba en locales pequeños y yo ya viajaba por el mundo. Cuando logre ser una artista completa habíamos. [J. Lino]

## Genesis dice adiós a la farándula

Genesis Tapia le dijo adiós a la farándula al graduarse como abogada.

“Tengo mucho que agradecerle al espectáculo, pero en la vida siempre hay que cerrar etapas y en este momento queda como un bonito recuerdo. Ahora me dedicaré a mi profesión como abogada que tanto me ha costado. No descarto hacer algo en televisión, pero relacionado a mi carrera, el espectáculo está totalmente descartado”, afirmó Genesis.

✕ **Se dedicará a su profesión de abogada**

## Milena arrocha al sillón rojo

Milena Zárate señaló que no volvería a sentarse en el sillón rojo

de ‘El valor de la verdad’, pues su hija sería la más afectada emocionalmente

“Hay muchísimo material que contar, pero en estos momentos de mi vida no aceptaría por la edad que tiene mi hija ahorrta”, dijo.

¿No aceptarías pese a la propuesta económica?

Nunca hice las cosas por dinero, fue por una cuestión de honor y de vengarme. Sin embargo, ya no tengo la necesidad de lastimar a nadie, pues a la única persona que lastimaría es a mi hija. [L.G.]

Porque  
ella mas  
afectada  
seria su hija

## Giovanni jala orejas a Luigi

El cantante Giovanni Kra! le recomendó a Luigi Carbajal que sea más humilde, tras enterarse que subastaría sus prendas de Skándalo. “Cada quien hace con su vida lo que le dé la gana, pero hay que darle valor a las cosas.

Yo no haría eso con una agrupación que me dio de comer, me dio alegrías y me lanzó a la fama. Uno debe acordarse de dónde salió porque él cayó de suerte, pues fue reemplazo de un integrante”, precisó Kra!

¿Qué le sugieres a Luigi?

Luigi ha cambiado demasiado, debería bajar las revoluciones y tener un poco de humildad. [L.G.]

Y le aconseja ser más humilde

## belleza

## Avena

La avena es un gran ingrediente natural para el cuidado del cutis. Absorbe la grasa del rostro y lo deja suave. Mézclala con miel y aloe vera para mejores resultados.



## Pausas

Si trabajas en una oficina evita estar todo el día sentada. Levántate, camina y realiza pausas cada 60 minutos para estirar las piernas, brazos, espalda y cuello.



## Hielos de té verde

Congela té verde en cubos de hielo y pásalos suavemente por el contorno de los ojos. Verás cómo se reduce la hinchazón de las ojeras y tu piel quedará fresquita.



TRAER MÚLTIPLES BENEFICIOS PARA TU SALUD FÍSICA Y MENTAL

# Tips para entrenar AL AIRE LIBRE

El calor del verano no debe ser impedimento para que dejes de hacer ejercicios al aire libre. Al contrario, con las medidas necesarias, sácale el jugo a los rayos solares y a la naturaleza. Expertos de Sportech Fitness recomiendan seguir estos tips para tus entrenamientos en verano:

- 1 HORA ADECUADA.** Es crucial para reducir el riesgo de golpes de calor. Entrena antes de que saiga el sol o en las noches.
- 2 LUGARES FRESCOS.** Busca parques con sombra y zonas arboladas y alejadas de edificios.



POR:  
ESTEFANY  
VALLADARES



Ten en cuenta que al estar en un espacio abierto estás expuesto al clima y a los rayos del sol. Toma precauciones

Son los ambientes más recomendados para hacer ejercicios.

**3 HIDRATACIÓN CONSTANTE.** Bebe agua antes, durante y después del ejercicio. Considera bebidas hidratantes si tu entrenamiento es de alta intensidad o dura más de una hora.

**4 ROPA LIGERA.** Usa prendas que permitan la transpiración, absorban el sudor y tengan ventilación. También

ponte gorra y gafas oscuras de sol con protección UV.

**5 PROTECCIÓN SOLAR.** Aplica protector solar (mínimo de 50 FPS) quince minutos antes del entrenamiento. Reaplica si transpiras demasiado.

**6 ESCUCHA A TU CUERPO.** Si sientes mareos, náuseas o agotamiento extremo, detén el ejercicio y busca un lugar fresco para descansar.

## SABÍAS QUE...

Los rayos solares fomentan la producción de vitamina D y mejoran el estado de ánimo. Sin embargo, la exposición excesiva al sol aumenta el riesgo de contraer cáncer de piel.

## FISICA Y MENTALMENTE SALUDABLES

Jean-Paul Osorio  
Especialista en Medicina Antiepileptica y Regenerativa CMP 3701 RNE Zulia

## ESTIRAMIENTOS PARA EVITAR DOLORES MUSCULARES

Muchos practicamos distintos tipos de actividad física que activan paquetes musculares. En el fútbol, cuando uno patea la pelota, los cuádriceps se contraen el máximo, así mismo en el basquet, los gemelos y el soleo en la pantorrilla también se contraen en el salto para poder elevarnos hacia la pelota. Las personas que levantan pesas y realizan fuerza, por ejemplo, durante la sentadilla o peso muerto, pueden tener mayor recarga de peso sobre la zona lumbar. Pero si, además, no tienen una correcta postura, se verá afectada el área de los músculos extensores de la columna dorsal, generando dolor. Así, ejercicios básicos como los estiramientos de la columna cervical, dorsal y lumbar en una colchoneta, combinados con respiraciones largas durante su ejecución, nos darán bienestar inmediato. Estos ejercicios se deben hacer 30 minutos mínimo tres veces por semana. Lo más seguro es que no haya dolor en semanas o meses. Nada mal para mantener bien nuestra calidad de vida.

## LA RECETA DE HOY

Por: Doña Mariana

## Salsa pesto peruana

### INGREDIENTES

- 2 tazas de hojas de espinaca
- 1 taza de hojas de a bacalá
- 1/4 de kilo de queso fresco
- 2 dientes de ajo
- 1/2 cebolla picadita
- 1/4 de taza de nueces
- 1 lata de crema de leche
- 1/3 de taza de agua hervida fría

vida fría

Sal al gusto

### PREPARACIÓN

Lava muy bien las hojas de espinaca y de a bacalá. Escúrrelas y déjalas secar al ambiente. En una sartén sin aceite tuesta las nueces (puedes agregar un par de pecanas, si gustas). Ten cuidado de no quemarlas.

En esa misma sartén sofríe la cebolla. Licua todos los ingredientes secos, excepto el queso, y líquidos. Corta el queso y cuando la mezcla esté bien licuada, agrégalo a la licuadora. Espera un par de segundos hasta que la mezcla quede con una textura grumosa. Corrige la sal y listo. ¡Buen provecho!



JOSÉ TRINIDAD PÉREZ URIZAR

# ‘UN GENÉRICO INTERCAMBIABLE PUEDE COSTAR MUCHO MENOS’



JOSÉ TRINIDAD PÉREZ URIZAR, CATEDRÁTICO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SAN LUIS POTOSÍ, MÉXICO.



✗ Casi todos los medicamentos en México son intercambiables, gracias a una correcta política en salud, articulación de las entidades competentes y campañas para mantener informada a la población, afirma experto

**E**l mercado de los medicamentos genéricos intercambiables en México ha evolucionado en las últimas décadas. Lo que comenzó como una oferta confusa de productos 'similares' se transformó en un sistema regulado que garantiza calidad y accesibilidad. Hablamos sobre el tema con José Trinidad Pérez Urizar, catedrático de la Facultad de Ciencias Químicas de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí, México.

**Profesor, ¿cómo ha sido el proceso de los genéricos intercambiables en México?**

Inicialmente se hablaba de medicamentos 'similares', un término comercializado por una cadena de farmacias para indicar que había opciones más económicas que los de marca. Sin embargo, esto generó confusión, ya que estos productos no necesariamente demostraban bioequivalencia (intercambiabilidad).

**¿Y cuando comenzó?**

A finales de los años 90 se implementó el Programa Nacional de Medicamentos Genéricos. Se estableció un etiquetado para identificar los medicamentos genéricos intercambiables (GI), lo que garantizaba su bioequivalencia. Sin embargo, a partir de 2015 este etiquetado desapareció.

**¿Eso significa que todos los medicamentos que se comercializan en su país son genéricos intercambiables?**

Hoy, más del 90% de los medicamentos en México son genéricos intercambiables.

**¿Fue fácil el proceso o tuvo muchas trabas?**

Uno de los principales retos fue que los fabricantes aceptaran el costo de demostrar bioequivalencia. Inicialmente, era un programa voluntario, pero en 2010 se volvió obligatorio.

**¿Se permitió la entrada de genéricos intercambiables de otros países?**

Antes de la pandemia, México exigía que los estudios de bioequivalencia se realizaran en población mexicana. Sin embargo, la pandemia evidenció la necesidad de flexibilizar esta norma. Actualmente los productos aprobados en países de alta vigilancia sanitaria pueden ingresar al mercado mexicano, siempre que cumplan con los estándares establecidos.

**¿Cómo ha recibido la población estos medicamentos?**

Al principio existía desconfianza. Había una creencia popular de que los medicamentos de la seguridad social eran de menor calidad. Para cambiar esta percepción, el gobierno lanzó campañas informativas.

**¿Cuáles la ventaja?**

El precio de un genérico intercambiable puede ser entre 30% y 70% menor que el de un medicamento de marca. Esto permite que los pacientes con enfermedades crónicas puedan seguir sus tratamientos sin afectar su economía.

**¿Que le recomienda a nuestro país?**

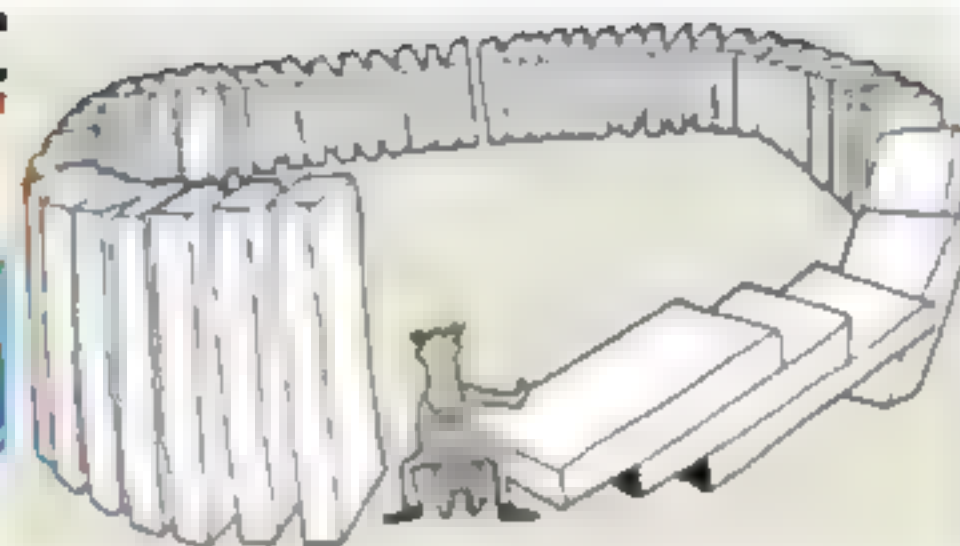
Es fundamental la colaboración entre el gremio farmacéutico, el médico y la autoridad sanitaria. Es necesario establecer un marco regulatorio sólido y mecanismos de vigilancia eficientes.

**¿Qué es un medicamento intercambiable?**  
El medicamento intercambiable tiene la misma eficacia y seguridad que el original o innovador (de marca), pero se vende a un menor precio. De más de 6 mil medicamentos genéricos que hay en el Perú, menos del 2% es genérico intercambiable.



trome

ESCOLA



CONOZCAMOS EN QUÉ CONSISTE ESTA LLAMADA 'LEY DE LA VIDA'

## ¿Qué es el karma?

Es frecuente escuchar a la gente, sobre todo del espectáculo, decir que dejan al karma que haga justicia porque, según se piensa, las acciones de una persona -buenas o malas- después traeran consecuencias en el mismo sentido y determinarán su destino. Pero, ¿qué es el karma? Karma es una palabra que proviene del sánscrito, idioma sagrado del hinduismo. Ramiro Calte en su 'Diccionario de Orientalismo y Budismo', explica que el karma es una 'ley de causación', por la que toda obra origina un mérito o un demérito, de tal forma que las acciones de las personas conllevarán, de manera implacable e inexorable, a frutos en esta u otra vi-

da. Se trata de una ley que retribuye a cada persona según sus acciones, por lo que si uno causa daño o hace cosas malas, pagará por eso en la actual o una próxima vida que, según se cree, todos tendremos porque nos reencarnamos o volvemos a nacer en otros cuerpos.

En otras palabras, las buenas acciones se recompensan y las malas se castigan. Y se cree, nadie puede escapar del karma, salvo que de manera consciente se lleve una vida de bien (practicando la amabilidad, la gratitud, la bondad y la generosidad) y así, tras sucesivas reencarnaciones, se rompa el 'proceso kármico' y se alcance el nirvana o liberación total espiritual.



✗ Término proviene del sánscrito, idioma sagrado del hinduismo

LO QUE HACES SE TE DEVUELVE, BUENO O MALO

## curiosidades SE LLAMAN VACUNAS POR LAS VACAS



Aunque no lo creas, las vacunas son un invento muy reciente y que las llamemos así es gracias a las vacas. Edward Jenner, médico inglés, observó que las ordeñadoras de vacas afectadas de viruela vacuna no se contagiaban de la viruela humana. Inoculó pues de una lesión de una ordeñadora a un niño sano de 8 años, con la esperanza de que este adquiriera inmunidad. Y

así fue. El pequeño James Phipps desarrolló la enfermedad de forma leve y se recuperó a los pocos días. Al ser infectado después por la viruela humana no desarrolló ningún síntoma. La inmunización se había producido. El término fue propuesto por Louis Pasteur en 1881, en homenaje a Jenner, quien en 1796 inventó la vacuna contra la viruela, erradicada en la actualidad.

El karma -creencia de religiones de la India como hinduismo, sijismo, budismo y jainismo- tiene cinco categorías: de mérito (debido a buenos actos), de demérito (debido a malas acciones), maduro (condicionando la vida presente de la persona), incipiente (que originamos en cada momento y recogemos en posteriores momentos o existencias) y acumulado (debido a acciones pasadas y de las que recibimos efectos presentes).

### ¿POR QUÉ LAS PULGAS SALTAN TAN ALTO?

Este insecto de casi 6 milímetros de talla salta tan alto y tan rápido debido a que sus patas traseras actúan como un resorte. Puede alcanzar alturas de hasta 7 pulgadas (17,78 centímetros) y cubrir distancias de hasta 13 pulgadas (33 centímetros). Este impresionante salto es equivalente a que un humano se eleva sobre un edificio de 3 pisos de un solo brinco.

### Racional

Racional es aquello que surge del raciocinio, que resulta conforme a la razón o que está dotado de ella. Lo racional se opone a lo irracional. Si un hombre tiene problemas cardíacos, una conducta racional implica que cuide su salud y no tome riesgos innecesarios. En caso de que dicha persona decida saltar en paracaídas, podría decirse que no actúa de manera racional.

Conocida también como Laguna Azul, es un bello espejo de agua de 350 hectáreas ubicado a las afueras del pueblo de Sauce, en la provincia y región San Martín. Se halla a una altura aproximada de 870 m s.n.m. Las hermosas tonalidades verdizas y azules que toman sus aguas, por el reflejo del cielo y la abundante vegetación que la circunda, hacen de ellas un lugar paradisíaco.



# CLASIFICADOS

ENCUENTRA ESO QUE BUSCAS Y MÁS

# el talán

inmuebles

vehículos

empleos

educación

oportunidades



oportunidades

Remotes varios

435 Ofrecidos

¡SOLICITA MIS SERVICIOS! ¡SOLICITA! ENTRA EN TU NEGOCIO ASesoría GRATUITA DISEÑO MODERNO ÚLTIMAS UNIDADES C.986313021

CLASIFICADOS



ESO QUE YA NO USAS, PUBLICALO AQUÍ



WWW.CLASIFICADOS.PE

Publica en TROME EDITOR E. COMERCIO S.A. / RUC: 20-402084

FONDAVISOS@COMERCIO.COM.PE

salud

ANUNCIA AQUÍ

FONDAVISOS@COMERCIO.COM.PE

esotérico

ANUNCIA AQUÍ

FONDAVISOS@COMERCIO.COM.PE

**ROSARIO**  
MAESTRA DE AMARRES

AMARRES PARA PAREJAS EN 30 MINUTOS TEMPORALES SEXUALES Y ETERNOS CON ABSOLUTA DISCRECIÓN Y GARANTÍA A NIVEL NACIONAL E INTERNACIONAL  
TAROT - FLORECIMIENTO Y CONJUNCIÓNES  
LUNA DE SEGURO: RESULTOS Y HORARIOS PARA PROTECCIÓN DE LAS MALDICES HUMANAS QUE TE HACEN SUFRIR. SOLUCIONANDO PROBLEMAS (LARGOS SALUD OMNINOY ESTUDIOS, BARRAS DE FLORECIMIENTO Y TRABAJOS PARA FORTALECER EL AMOR.  
¡ATENCIÓN! ¡LÍMITE A COMERCIO LANCIA SPIN!  
LIMA: JR. CALLAO 205 OF. 201 2° PISO  
A CUORA Y MEDIA DE PALACIO DE GOBIERNO  
426-3166 997241435  
BGP:19115513353052

**PODEROSA MAGIA ESPIRITUAL**  
LAS HUARINGAS - HUANCABAMBA

**ANTONIO SANTOS**  
RECUPERA A TU PAREJA ENAMORADO DESESPERADO RENDIDO DE AMOR A TUS PIES CON NOMBRE FOTO PRENSA O CABELLO  
MAS DE 40 AÑOS UNIENDO A ESPOSOS, AMANTES Y PAREJAS SEPARADAS  
RECUPERA TU FELICIDAD Y CAMBIA TU DESTINO AHORA  
CURATE, SANATE, LIBERATE DE HECHIZOS, BRUJERÍAS, ENFERMEDADES RARAS, MALA SUERTE, FLORECIMIENTO PARA EL TRABAJO Y AMOR  
LEO EL TAROT 985 231 494  
AV. ALFONSO UGARTE 1064 OF. 204 - LIMA 2DO  
(AL COSTADO DEL LOCAL PARTIDO APRISTA) PISO



**Dr. LUIS CAMPANA OLAZÁBAL**

ESPECIALISTA EN CIRUGÍA GENERAL Y LAPAROSCÓPICA

CMP: 11155

RNE: 11252

- Director Médico (Centro de Video Endoscopia Quirúrgica Clínica San Marcos)
- Presidente de la Asociación Peruana de Cirugía Bariátrica del Perú
- Fundador de APCOM (Cirugía para Obesidad y Diabetes Mellitus Tipo 2)
- Profesor de Cirugía General de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, la Universidad San Martín y Ricardo Palma.
- Ex Jefe de Cirugía Esófago Estómago (Hosp. Nac. Guillermo Almenara).
- Past President de la Sociedad de Cirugía Endoscópica del Perú.

**CIRUGÍA BARIÁTRICA LAPAROSCÓPICA**

# OBESIDAD

Manga Gástrica • By Pass Gástrico • Adios Diabetes

**CAMPAÑA DE CIRUGÍA A PRECIOS ECONÓMICOS**

Del 17, 18, 19, 20, 21 y 22 de Marzo de 8am. a 1pm. / Sólo Atención Médica

**HERNIA ABDOMINAL**  
CIRUGÍA SIN CORTE

• Cirugía de Hiperhidrosis

• Fistulas y fisuras anales

• **COLOPROCTOLOGÍA**  
Cirugía de colon, recto, ano

• Hemorroides, Apendicitis

• Colostomía

Cálculos a la

**VESÍCULA**

CIRUGÍA LAPAROSCÓPICA

SIN CORTE

**GRATIS** con la consulta: Ecografía de Hígado, Vesícula y vías biliares

Clínica San Marcos

Jr. Huaráz 1425 - Breña - Lima (Esp. Hosp. del Niño)

999 705 733 (01) 3303 065 **Atención 24 Horas**

@obesidadcirugiabariátrica @cirugiadelaobesidadcampana

CLASIFICADOS

¡ESTE ESPACIO ES PARA TI!



WWW.CLASIFICADOS.PE

FONDAVISOS@COMERCIO.COM.PE

Publica en TROME EDITOR E. COMERCIO S.A. / RUC: 20-402084

CLASIFICADOS

**PUBLICA TUS AVISOS EN CLASIFICADOS TROME**



WWW.CLASIFICADOS.PE

FONDAVISOS@COMERCIO.COM.PE

Publica en TROME EDITOR E. COMERCIO S.A. / RUC: 20-402084



## TU HORÓSCOPO



21.3 | 19.4

**ARIES.** Algunas situaciones te incomodan, debes enfrentarlas con seriedad. Ese amigo piensa en ti.



20.4 | 20.3

**TAURO.** Siempre es mejor el silencio que una discusión innecesaria. Una bonita sorpresa te alegra el día.



21.5 | 20.6

**GÉMINIS.** Tiempo de cambios que te servirán para mejorar. Una persona del sexo opuesto te necesita.



21.6 | 22.7

**CÁNCER.** No pierdas la oportunidad de demostrar tu capacidad en el trabajo. Debes ser más optimista.



23.7 | 20.8

**LEO.** Controla tu carácter, cultiva la paciencia y mira el lado positivo de las cosas que te están pasando.



23.8 | 22.9

**VIRGO.** No temas decir lo que piensas, mucho menos si estás en el lado correcto. Escucha a esa persona.



23.9 | 22.10

**LIBRA.** Lograrás lo que tanto deseas, disfrútalo. Cambia de actitud y mira el futuro de manera positiva.



23.10 | 21.11

**ESCORPIO.** Muestra siempre una sonrisa, incluso en los momentos más complicados. Llega la ayuda indicada.



22.11 | 21.12

**SAGITARIO.** La buena suerte te acompaña, aprovecha para realizar cambios en tu vida profesional. Lo necesitas.



22.12 | 19.1

**CAPRICORNIO.** Deja abierta la puerta de tu corazón, no pierdas la fe. Te harán llegar una propuesta.



20.1 | 18.2

**ACUARIO.** Resuelve esos asuntos personales que has dejado pendientes. Te sientes de mejor ánimo.



19.2 | 20.3

**PISCIS.** Uno debe estar preparado para todo. Podrían venir momentos complicados, pero saldrás airoso.

## PURAS letras

## VENTAJAS DE QUE UN NIÑO SEA ORDENADO

D	E	S	N	A	V	X	E	C	I	N	A	G	R	O	O	Ñ	I	N	L	E
N	F	C	U	A	R	T	O	O	O	R	G	A	N	D	A	C	A	V	I	A
S	O	H	A	B	I	T	R	D	A	Z	I	F	A	Q	A	D	Z	M	V	O
U	M	S	H	A	B	I	T	A	C	I	O	N	U	D	R	A	R	Z	E	D
S	E	D	O	S	U	S	C	F	L	V	Z	E	T	O	F	E	A	X	Z	N
C	N	H	A	L	C	D	A	A	E	O	E	Z	J	E	P	D	T	F	A	U
O	T	A	I	Z	O	D	E	R	D	L	S	E	F	A	R	E	C	Z	A	M
Z	A	C	Z	G	V	S	T	L	N	U	M	P	C	Z	R	N	F	A	H	U
A	E	F	A	Z	I	N	U	I	N	A	Y	V	R	N	C	Z	O	D	I	S
S	L	S	C	D	E	E	Ñ	M	N	I	Z	A	O	E	A	A	A	I	F	N
F	C	C	U	U	D	O	N	U	U	A	Ñ	S	N	D	P	T	T	V	I	E
O	F	A	C	S	M	A	E	E	D	N	I	O	U	E	L	A	R	A	E	I
I	Z	N	B	I	C	T	V	Z	D	N	D	M	N	U	I	A	R	L	B	B
D	E	A	R	L	I	O	F	A	O	E	U	O	D	D	U	B	A	A	D	M
U	T	E	U	M	D	A	S	C	D	S	L	A	C	C	C	Z	M	R	A	A
T	P	D	R	A	P	I	D	A	M	E	N	T	E	D	A	C	F	A	C	T
S	A	E	M	E	H	Y	U	D	S	R	A	P	I	D	A	Z	V	P	T	D
E	P	O	R	G	A	N	I	D	A	Z	E	U	Q	A	A	D	U	Y	A	Y

- Ayuda a que el niño organice no solo su mundo externo, sino
- también su mundo interno; permite una mejor higiene del
- cuarto o habitación del niño; fomenta el
- estudio; los prepara para la vida adulta;
- y también ayuda a que el niño encuentre rápidamente
- sus cosas.



## BUSCO A UNA COMPAÑERA ESPECIAL

**Cartas:** Editora El Comercio S.A.  
Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre.  
**Mail:** doctoracarmen01@trome.com



**DANIEL (35).** Hola, doctora Carmen. Es la primera vez que le escribo y quisiera compartir mi deseo de encontrar a una compañera especial. Soy una persona tranquila y leal, y ahora estoy enfocado en conocer a una dama entre los 20 y 30 años, con buenos sentimientos, para volver a amar. No me importa si es madre soltera. Doctora, no he tenido mucha suerte con las chicas, pero quisiera disfrutar de una relación seria para formar un hogar y un proyecto de vida juntos. Las interesadas pueden comunicarse a mi celular: 906-731-382. Gracias

## DOCTORA CARMEN Mira, hijito:

El amor llega cuando menos lo esperas, pero es importante no apresurarlo. Note límites a un rango de edad, lo esencial es la compatibilidad y la lealtad. Además, no olvides que lo más importante es que seas feliz contigo mismo antes de compartir tu vida con alguien. **Suerte.**

## TROME sudolai 333

			3	5		2	9	
		3	7		6		5	4
	8				2		6	
		8						
6	3	7	4	2				5
4					5	8		7
							4	
2	6	4					7	
	7						8	2

## TROME SERIES

## NETFLIX MEDUSA



**TEMPORADAS: 1**  
**CAPÍTULOS: 12**  
Bárbara Hidalgo es una exitosa empresaria que está a punto de asumir el control del poderoso conglomerado familiar Medusa, pero sufre un misterioso accidente en altamar y es dada por muerta. Sin embargo, al descubrir que fue víctima de un atentado fallido vuelve en secreto para buscar justicia.

## SOLUCIÓN GRAMA

ATLAS	APTO
CEARAARRAS	
ASTENGoola	
ROELAESAN	
TON	PURUGAMA
ACAL	ALEEDILES
TACO	LARCIAENO
IRAN	RYZNACATÁ
AMAC	BADEAORAL
METH	ARM
KARANOE	ACTO
FAMILTAN	RIE
ALETAORA	CORO
NONA	DNAS

# MI CORAZÓN DUELE

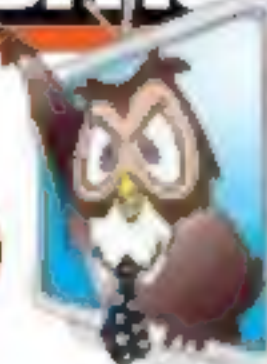
# EL



**CANTANTE DICE  
QUE PAUL ERA  
DEMASIADO  
BUENO PARA  
ESTE MUNDO  
Y SIEMPRE  
RECORDARÁ A  
SU COMPADRE**

## EL GOBIERNO Y EL CONGRESO SON LOS CULPABLES

### EL BUHO



**E**ste **Búho** lamenta el asesinato a balazos del cantante de la popular orquesta **Armonía 10, Paul Flores**, conocido como '**Russo**', cuando se trasladaba en bus con más de treinta integrantes de la agrupación norteña por **San Juan de Lurigancho** rumbo a una presentación. Era un artista joven, prometedor y muy querido por todos que deja viuda y un pequeño hijo huérfano, a quien sucias alimañas le arrebataron a su padre para siempre. Los peruanos se sienten conmovidos por este terrible crimen y por las circunstancias en que fue perpetrado por cobardes pistoleros en moto que disparan a matar y luego huyen como las ratas que son, sin pensar en el terrible daño que le hacen a una familia. Esta dolorosa muerte debe marcar un punto de inflexión en nuestro país en la lucha contra la maldita delincuencia que todos los días arrebató la vida de inocentes. Mañana o pasado, **cuando este caso 'se enfrie' y ya no ocupe los titulares, no podemos voltear la página y hacer como siempre: 'aquí no pasa nada'**. No, señores del gobierno. Lo que hoy estamos viviendo los peruanos es una de las peores crisis de inseguridad de nuestra historia, **solo comparada con los años oscuros del terrorismo criminal de Sendero Luminoso**. El país, sobre todo desde el gobierno del inepto y ladrón **Pedro Castillo**, está jaqueado por sanguinarias bandas de sicarios y extorsionadores que proliferan y asesinan cuando les da la gana simplemente porque gozan de impunidad. Como no les pasa nada, siguen con su lucrativo y sangriento negocio. **No es posible que Dina Boluarte, digna heredera de Castillo**, salga tan campante a decirnos que el país está progresando, que deja 'la valla bien alta' a su sucesor en Palacio y tiene un ministro del Interior al que abraza y felicita en público por 'la gran labor' que realiza contra la delincuencia. Por favor, parece que se burla del dolor de los peruanos víctimas del hampa. Y encima tiene la desfachatez de victimizarse, presentándose como blanco de injustas críticas solo por que es 'una mujer andina'. Si las **bandas de extorsionadores siguen proliferando, matando y haciendo volar colegios y bodeguitas cada vez más es por culpa de Dina Boluarte**. Ella es la principal responsable de esta debacle de inseguridad ciudadana, pues está demostrado que a este flagelo se le derrota solo si existe decisión política. Una decisión que única y exclusivamente solo a ella le corresponde.

Solo tenemos que voltear **a ver a Bukele en El Salvador**. Antes de él, el país centroamericano **vivía sumido en el terror de la Mara Salvatrucha**, la monstruosa pandilla transnacional dedicada al narcotráfico, los secuestros, extorsiones, sicariato y otros graves delitos, y que decapitaba a la gente en plena calle. Construyó una megacárcel de alta seguridad para cuarenta mil presos y comenzó a meter allí a todos esos psicópatas tatuados. Bukele decidió comerse el pleito de los críticos, los rivales políticos y las **ONG** que defienden más los derechos de los criminales que de los ciudadanos de bien. **Hoy El Salvador es un país seguro y la inmensa mayoría de sus habitantes viven agradecidos por la paz de la que hoy gozan**. No hay fórmulas mágicas para derrotar a los delincuentes. Simplemente se necesita un gobernante con los pantalones, o las faldas, bien puestos que no tema ejercer el poder con valentía para el bien de sus ciudadanos. **Pero nosotros tenemos una presidenta incapaz, tímida y frívola, cuya principal meta es completar su mandato en julio del 2026** para luego cobrar su pensión vitalicia. Un jefe de Estado no puede tener miras tan minúsculas y egoístas. **Los peruanos de a pie están hartos de ver a Boluarte preocupada por sus Rolex, sus cirugías y en colocar a sus familiares y allegados en los mejores puestos del Estado**. No hay que olvidar que este vergonzoso **Congreso protegió hasta el final a Juan Santiváñez**, quien ha fracasado de forma rotunda, por más que muestre cifras para defenderse. Sabemos que este Parlamento está lleno de 'mochasuelos', 'niños', acusados de asesinato y violación sexual, proterroristas y otros impresentables que solo defienden a criminales, corruptos y prófugos, para los que sacan indignantes leyes a favor sin que les importe el asco de la gente, pero todo tiene un límite. Mientras toda esta miasma no se acaba, los peruanos se preguntan quién será el próximo asesinado. **Porque el último sábado lanzaron una granada al centro de diversión Chepita Royal, en Puente Piedra, a plena luz del día**, y pudo ser una tragedia con varios muertos. De milagro 'solo' hubo heridos, entre ellos tres niños. En medio de esta violencia sin control, hoy millones de escolares vuelven a las aulas. Muchos deben tomar mototaxis y buses para llegar a sus colegios, pero esos vehículos también son baleados y petardeados por los extorsionadores todos los días. **Estamos tomados por mafias criminales** que tienen representantes en el gobierno y el Congreso. Así el Perú no puede seguir. Apago el televisor.